



வளமான வாழ்விற்கு வழிகாட்டும் ஆன்மிகம்...

சமர்ப்பணம்

புழுதிவாக்கம் **M.P. இராஜகோபால் நாயக்கர்**

(1912–1993)



வரலாற்றில் வாழும்
தியாக செம்மல்
பொது வாழ்வில் சமூக ஆர்வலராய்
தொண்டாற்றி மகிழ்ந்தவர்
நாட்டிற்கு வளமை சேர்த்திட
நாளும் உழைத்திட்ட நல்லவர்
பெருந்தலைவர் **காமராஜரின்**
அன்பு சீடர்
சுதந்திர போராட்ட தியாகி
"புழுதிவாக்கம் இராஜகோபால் நாயக்கர் அவர்கள்"

வளமான வாழ்விற்கு வழிகாட்டும் ஆன்மிகம்



பிள்ளையார் துதி

முன்னவனே யானை முகத்தவனே முத்திநலம்
சொன்னவனே தூய்மைச் சுகத்தவனே மன்னவனே
சிற்பரனே ஐங்கரனே நெஞ்சடையஞ் சேகரனே
தற்பரனே நின்தாள் சரணம்.

நூல் தொகுப்பு
RG. பகத்சிங்

உனக்கு எது சரியானதோ அதை மட்டுமே செய்!



* மனதை ஒருமுகப்படுத்த பழகியவர்கள் எந்தச் செயலையும் எளிதாகச் செய்து விடமுடியும்.
* நன்மையும், தீமையும் நமக்கு அடிமைகள். ஆனால், நாம் அதற்கு அடிமைகளாக இருக்கக் கூடாது.
* நீங்கள் மற்றவர்களின் குற்றத்தைக் காண முயலாதீர்கள். உங்கள் குற்றத்தைக் கண்டு திருத்திக் கொள்ளுங்கள்.
* நியாயத்தைச் சொல்வதில் எப்போதும் கோழையாய் இருக்காதீர்கள். வீட்டிற்குள் பயந்து பதுங்கிக் கிடக்காதீர்கள். உலகத்தின் நன்மைக்காகச் சண்டை செய்வதில் சூரனாயிருங்கள்.
* ஒருவனுக்கு துன்பம் விளைவித்துவிட்டு நம்மால் சுகமாயிருந்து விடமுடியாது.
* சிறிதளவு அகங்காரம் இருந்தாலும் நமது மனதில் சத்தியம் ஒருபோதும் தோன்றாது.
* அன்புள்ளவன் எதையும் விரும்ப மாட்டான். எதற்கும், யாருக்கும் பயப்படமாட்டான்.
* ஒவ்வொருவனும் எஜமானனாக இருப்பதென்பது எளிது. ஆனால், நல்ல வேலைக்காரனாக இருப்பது கடினம்.
* ஒரு விஷயத்தில் உண்மை இருக்குமானால் உலகில் ஒருவராலும் போற்றப்படாமல் இருப்பதில்லை. நிச்சயம், அதன் உணமைத்தன்மையை உலகம் ஒருநாள் அறிந்து கொள்ளும்.

* சத்தியத்தையும், அன்பையும், நேர்மையையும் உலகில் எந்த சக்தியாலும் எதிர்க்க முடியாது.
* பெரிய செயல்களைச் செய்ய வேண்டுமானால் கொள்கைகளும் பெரிதாக இருக்கவேண்டும்.
* எல்லாவற்றையும், எல்லார் சொல்வதையும் செவி கொடுத்துக் கேளுங்கள். ஆனால், உனக்கு எது சரியானதாகவும், நல்லதாகவும் தோன்றுகிறதோ அதை உறுதியோடு செயல்படுத்து.
* வாழ்வில் மற்றவர்களை எதிர்பார்த்தே நடக்கப் பழகியவன் சத்தியத்தைப் பின்பற்ற முடியாது.
* உங்களை ஏழை என்று நினைக்காதீர்கள். பணம் சக்தியல்ல. தெய்வபக்தியே மேலான சக்தி.
* பெரிய உழைப்பினை விலையாகக் கொடுக்காமல் அரிய செயல்கள் நிறைவேறுவதில்லை.
* யார் ஒருவர் தன்னைச் சரிப்படுத்திக் கொள்கிறாரோ அவர் உலகைச் சரிப் படுத்தியவர் ஆவார்.
* அதிக கல்வி கற்பதினால் மட்டுமே உண்மை மனிதர்களை நம்மால் உருவாக்கிவிட முடியாது.
* அன்பாக பேசுபவன் யாரிடமும் எதையும் கேட்டு நிர்பந்தம் செய்யமாட்டான். கோபக்காரனுக்கோ நியாயம், அநியாயம் என்றெல்லாம் ஒண்றும் கிடையாது.
* உலகில் உள்ள ஒவ்வொரு பொருளும் இருக்கவேண்டிய இடத்தில் இருந்தால் மதிப்பு தானாக வந்துவிடும்.
* தூய்மை, பொறுமை, விடாமுயற்சி இம்மூன்றும் ஒரு செயல் வெற்றி பெறுவதற்கு அடிப்படை.
* காற்றுள்ளபோதே தூற்றிக்கொள்ள வேண்டும். வாழ்க்கை வாழ்வதற்கே என்ற எண்ணத்துடன் சோம்பலை மறந்து சுறுசுறுப்புடன் செயல்படுங்கள்.

- சுவாமி விவேகானந்தர்.



அட்சய திரிதியை

அட்சய என்றால் "வளர்தல்". திரவுபதி, கவுரவர்களின் அவையில் துகில் உரிந்து அவமானப் பட்டாள். தன்னைப் பாதுகாக்க வர வேண்டும் என கிருஷ்ணரை அழைத்தாள். அப்போது, அவள் கிருஷ்ணரின் பதினாறு திருநாமங்களைச் சொல்லி கதறினால். கிருஷ்ணரும் அங்கு வந்து "அட்சய" என்றார். அவளது ஆடை வளர்ந்துகொண்டே போனது. துகிலுரித்த துச்சாதனன் மயங்கியே விழுந்து விட்டான். "அட்சய" என்ற சொல், அந்த அளவுக்கு வளர்ச்சியை தரக்கூடியது.

இதனால் தான், அட்சய திரிதியை நாளில், பொருட்களை வாங்கினால் அவை பல மடங்காகப் பெருகும். என்ற நம்பிக்கை உள்ளது. அட்சய திருதியை நாளில் தங்கம் வாங்க வேண்டும் என்பதில்தான் அநேகர் அக்கறை செலுத்துகின்றனர்.

தங்கம் வாங்க வசதியில்லாதவர்கள், இந்த நாளில்

வெள்ளி, கிரைண்டர், மிக்சி, பிரிட்ஜ், ஏ.சி., என எந்தப் பொருட்களும் வாங்கலாம்.

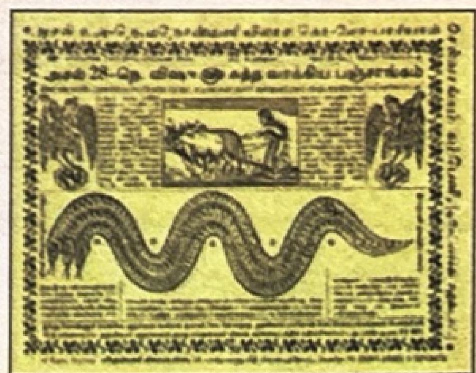
இந்நாளில் புத்தாடை உடுத்துவதும், தானம் செய்வதும் விசேஷம். எனவே ஜவுளிக்கடைகளுக்கும் சென்று வரலாம்.

இந்த நாளில் பாத்திரங்கள் வாங்கலாம். இவற்றை முதன் முதலாக அடுப்பில் வைக்கும் பொது, இஷ்ட தெய்வத்திற்குரிய ஸ்லோகங்கள், பாடல்களையோ சொல்லி வைப்பதன் மூலம் ஆண்டு முழுவதும் தடையற்ற வகையில் உணவு கிடைக்கும். சிலப்பதிகார மாதவியின் மகள் மணிமேகலை வைத்திருந்த பாத்திரத்துக்கு 'அட்சய பாத்திரம்' என்று பெயரே சூட்டியிருந்தாள். இந்த பாத்திரத்தில் எடுக்க எடுக்க உணவு வந்துகொண்டே இருக்கும்.

அட்சய திரிதியை தினத்தன்று வெள்ளிப் பாத்திரத்தில் தயிர் சேர்த்த அன்னம் தானமாகக் கொடுப்பது அளவற்ற புண்ணிய பலனை தரும்.

ஆக, அட்சய திருதியை அன்று நீங்கள் விரும்பும் எந்தப் பொருளையும் வாங்கலாம். ஆண்டு முழுவதும் வளர்ச்சியைக் காணலாம்.

பஞ்சாங்கம் என்றால் என்ன?



புத்தாண்டு அன்று கோயில்கள் மடங்கள், ஊர் பொது இடங்களில் பஞ்சாங்கம் வாசிப்பர். திதி, வாரம் (கிழமை), நட்சத்திரம், யோகம், கரணம் என்னும் பஞ்ச (ஐந்து) அங்கங்களைக் கொண்டதால் இதற்கு பஞ்சாங்கம் என்று பெயர். திதியைப் படிப்பதால் லட்சுமி கடாட்சம் ஏற்படும். கிழமை பற்றி அறிவதால் நீண்ட ஆயுள் கிடைக்கும். நட்சத்திரம் பற்றிப் படிப்பதால் முன் வினைப் பாவம் நீங்கும். யோகத்தை வாசிப்பதால் நோயற்ற வாழ்வும் கரணத்தை அறிவதால் செயல்களில் வெற்றியும் உண்டாகும்.



ஸ்ரீ பெரியாண்டவர் ஆலயம்

ஆலயத்தின் சிறப்பு

குளம் மற்றும் ஏரி ஆகிய இரு கரைகளுக்கு மத்தியில் இயற்கை சுழலில் அமைந்துள்ள ஆலயம்.

1. தாயின் கருவின்றி ஈசன் மனித அவதாரம் கொண்டு ஒரு நிரைலயில் திருநிலையாய் நின்ற இடம்.
2. ஈசனின் பாதம் பதிந்த இடம்.
3. சக்தியின் சாபத்தால் சித்தம் கலங்கி பித்தம் பிடித்த ஈசன் உலகை வலம் வந்தபோது அமைதி கொள்ள செய்து சாந்தப்படுத்திய இடம் திருநிலையாகும்.
4. பார்வதி தேவியால் சூலாயுதம் வீசப்பட்டு 21 மண் உருண்டைகள் சிதறி விழுந்து காட்சியளித்த தலம்.
5. ஈசனை ஆட்கொள்ள பார்வதிதேவி அங்காள பரமேஸ்வரியாக தன் பாதம் பதித்து நின்று ஐயனை

ஆட்கொண்ட இடம்.

6. உமையவள் பாதம் பட்ட இடம் சிவசக்தி இருவரின் அருளும் ஒருங்கே பெற்ற திருத்தலம்.

7. சிவகணங்கள் இருபத்தி ஒன்று மண்ணில் இருந்து உயிர் பெற்று எழுந்த தலம்.

8. குழந்தை பேறு அருளும் பரிகாரத் தலம்.

9. கலியுகத்தில் பலநூறு ஆண்டுகளுக்கு முன்பு ஈசன் ஜோதி ரூபமாக காட்சி அளித்து நின்ற தலம்.

10. சுயம்புலிங்கத்தை சுற்றி சிவகணங்கள் மண் உருகொண்டு இறைவனை பூஜிக்கும் தலம்.

11. மன நலம் பாதித்தவர்கள் இவ்விடம் தொழுதிட ஈசனைபோல் அமைதி பெற்றிடுவர்.

12. மனித கடவுளாம் பெரியாண்டவரை வணங்கிட வளம் பல பெற்று குபேரனை போல் வாழ்ந்திடலாம்.

13. பல ஆயிரம் குடும்பங்களை குலதெய்வ கோயிலாக கொண்ட கோயில்.

14. வெட்ட வெளியில் ஈசன் அமர்ந்து ஜோதியாய் தோன்றும் சுயம்புலிங்கம் உள்ள ஆலயம்.

15. ஈசனின் பாதம் உள்ளது அது வாழ்நாளில் நாம் செய்த பாவத்தை அறுக்க வல்லது.

16. பக்தர்களின் கரங்களால் சூடம் ஏற்றி, அர்ச்சனை, ஆராதனை காட்டும் அதிசய தலம்.

17. இருபத்தி ஓர் மண் உருண்டைகள் (மண் பிள்ளையார்) தம் கரங்களால் உறவினர்களுடன் செய்து சுயம்புலிங்கத்தை சுற்றி செவ்வக வடிவில் அடுக்கி அதற்கு அபிஷேகம், ஆராதனை செய்து வணங்குவது உலகில் எங்கும் காணாதது.

18. பிள்ளை வரம் வேண்டுவோர், பொருள்வளம் தேடுவோர்,

மண்ணை (பிள்ளையாராக) சிவகணம்பிடித்து லிங்கத்தின் முன் வைத்து வணங்கும் பரிகாரத்தலம்.

19. சுயம்பு லிங்கத்தை சூரிய பகவான் தன் கதிர்களால், தினமும் அர்ச்சனை செய்து வணங்கும் அதிசய ஆலயம்.

20. எல்லாவிதமான பிரச்சனைக்கும் பரிகாரம்

நலம் பல பெற்றிட பெரியாண்டவன் அருளால் மண்ணில் இருந்து சிவகணங்கள் தோன்றி இங்கு அருளியதுபோல் நாம் நம் கைகளால் ஏழு மண் உருண்டைகள் செய்து சுயம்பு லிங்கத்திற்கு எதிராக வைத்து சந்தனத்தால் அபிஷேகம் செய்து குங்கும பொட்டு இட்டு பூக்கள் சூடி மனம் உருகி கற்பூர ஆராதனை காட்டினால் நம் தீவினைகள் அகன்று நோய்கள் விலகி, வறுமை நீங்கி செல்வம் பெற்று வளமோடு வாழ்ந்திடுவோம்.

ஆலயம் அமைவிடம்

திருநிலை கிராமம், ஓரகடம் அஞ்சல்
திருக்கழுக்குன்றம் வழி, செங்கல்பட்டு வட்டம்,
காஞ்சிபுரம் மாவட்டம் - 603109
செல்: 9842740957

குருவை வழிபட வேண்டிய முறைகள்



நமது முன்னோர்கள் மாதா, பிதா, குரு, தெய்வம் என்று நால்வரை வரிசைப் படுத்திவைத்து ள்ளனர். முதன் முதலில் பிறந்தவுடன் குழந்தை தாயைப் பார்க்கிறது. ஆதனால் தான் 'மாதா' என்றும், அடுத்து இவர்தான் உன் தந்தை என்று தாய் அறிமுகம் செய்து வைப் பதினால் 2-ம் இடத்தில் 'பிதா' என்றும், பிறகு தந்தை தன் குழந்தைக்கு நல்ல அறிவு

ஆற்றல் வளரச் செய்ய, சிறந்த ஆசிரியரிடத்தில் சேர்ப்பதினால் 3-வது இடத்தில் 'குரு' வையும் வரிசைப்படுத்தி இருக்கிறார்கள்.

அந்த குருவானவர், குழந்தைக்கு பாடத்தைச் சொல்லி கொடுக்கும் பொழுது, இது தான் தெய்வம். இவரை வழிபட்டால் தான் நமது வாழ்க்கை ஒளிமயமாக அமையும் என்று நல்வழிப்படுத்துவதால், அடுத்ததாக 4-வது இடத்தை தெய்வத்திற்கு வகுத்துள்ளனர்.

இதன் மூலம் 'குருவருள்' இருந்தால் தான் நமக்கு தெய்வத்தின் 'திருவருள்' கிடைக்கும் என்பதை உணர முடிகிறது. அப்படிப்பட்ட, குருவை நாம் கோவிலுக்குச் சென்று வழிபடும் பொழுது, அதன் பார்வை நம் மீது பதியும் விதத்தில் நேராய் நின்று வழிபட வேண்டும்.

சனியை சாய்வாய் நின்று கும்பிடு! குருவை நேராய் நின்று கும்பிடு!

என்று ஜோதிட சாஸ்திரம் சொல்கிறது. அந்த அடிப்படையில் குருவின் சன்னதியில் நேராக நின்று வழிபட்டால், பொன்னும் பொருளும், போற்றுகிற செல்வாக்கும் நமக்கு வந்து சேரும். குருபகவான் சன்னதியில் வளர்ச்சி கூட வழிபாடு செய்யும் பொழுது,

'இன்று முதல் நீ ! இன்பம் பெருக்குவாய் !
இல்லற சுகத்தினை எந்தனுக்களிப்பாய் !
உள்ளத்தில் அமைதி உரைந்திடச் செய்வாய் !
செல்வச் செழிப்பும் சேர்ந்திட வைப்பாய் !
வல்லவன் குருவே ! வணங்கினோம் அருள்வாய் !'

என்று மனமுருகி சொல்லுங்கள், பண மழையில் நனையலாம், பார் போற்றும் வாழ்க்கையும் அமையும்.

நியாயமான எண்ணம் கைகூடவில்லையே என வருந்த வேண்டாம் அரும்பு ஒருநாள் மலராவது போல நல்ல எண்ணம் ஒருநாள் செயலாக மலர்ந்து பலனளிக்கும்.

– தாகூர்.



தெரிந்து கொள்ளுங்கள்...

◈ சுபநிகழ்சிகளுக்குப் பட்டுபுடவை உடுத்துவது ஏன் ?

பட்டுத்துணிகளுக்கு 'விழுப்பு' என்னும் தீட்டு தோஷம் கிடையாது. கோயில் விழாக்கள், வீட்டில் நடக்கும் பூஜைகள் இவற்றிற்கு பட்டுப்புடவை அணிவது சிறப்பு. ஆண் பெண் இருபாலரும் பட்டு உடைகளை விசேஷங்களில் அணியலாம். புடவையில் இப்படித்தான் ஜரிகை இருக்குவேண்டும் என்றில்லாமல் எளிய பட்டாடைகளே போதுமானது.





◈ பௌர்ணமியில் கிரிவலம் வருவதன் நோக்கம் என்ன?

நிலவின் ஒளிக்கு சில அபூர்வ ஆற்றல்கள் உண்டு. பயிர், செடி, கோடி, மூலிகைகள் செழிப்பாக வளர்வதற்கு தேவையான சக்தியை அது தரும். 'ஓஷதீ நாம் பதி:' என்று சந்திரனுக்குப் பெயருண்டு. இதற்குத் 'தாவரங்களின் தலைவன்' என்று பொருள். நிலவொளி நம்மீது பட்டால் அறிவு புலப்படும். மனக்குழப்பம் நீங்கும். மற்றைய நாளை விட தெய்வீக சக்திமிக்க மலைகளுக்கு பௌர்ணமியில் சக்தி அதிகரிக்கும். பௌர்ணமி கிரிவலத்தால் தெய்வ அருள், மூலிகைக் காற்றால் உடல்நலம், நிலவொளியால் மனத் தெளிவு உண்டாகிறது. வலம் வருபவர்கள் இறை நாமத்தை உச்சரித்தபடி அமைதியாக வந்தால் பலன் இரட்டிப்பாகும்.

படுத்து உறங்குதல்



◈ எக்காரணத்தைக் கொண்டும் வடக்குப் பக்கம் தலை வைத்துப் படுக்கக்கூடாது.

◈ தான் வசிக்கும் வீட்டில் கிழக்கே தலைவைத்து இடப்புறம் உடல் கீழே இருக்குமாறு அல்லது மல்லாந்து படுக்கவும். இதனால் காந்த சக்தியானது வடபுறமிருந்து முதுகுத்தண்டு வலுவடையும். கை, கால்களில் வீக்கம் வலி வராது. கூன் விழாது.

◈ மல்லாந்து படுத்து அதிக நேரம் உறங்கக்கூடாது. இது சீரணத்திற்கு இடையூராக இருக்கும். சிறுநீரகங்கள் மீது அழுத்தம் ஏற்படுத்தும். ஆண்களுக்கு கனவுமூலம் விந்து வெளியாகும்.

◈ இடது புறமாக ஒருக்களித்துக் கால்களைச் சுருட்டி மடக்காமல் உறங்க வேண்டும். இருதயத்திற்கும் அதன் பாகங்களுக்கும் தேவையான பிராணவாயுவும் இரத்தமும் சுலபமாகக் கிடைக்க இடது புறம் ஒருக்களித்துப் படுத்தல் உதவுகிறது. எளிதில் மலம் கழியவும் வழி செய்கிறது.

◈ நாம் விடும் மூச்சுக்காற்று இடது நாசியில் (மூக்கில்) ஓடும்போது அதற்கு சந்திரகலை என்றும், வலது நாசியில் ஓடும்போது சூரிய கலை என்றும் கூறப்படுகிறது. சந்திரகலை குளிர்ச்சி, சூரிய கலை உஷ்ணம்.

◈ நாம் வலது பக்கம் ஒருக்களித்துப் படுத்தால் இடது நாசியும் இடது பக்கம் ஒருக்களித்துப் படுத்தால் வலது நாசியிலும் சுவாசம் நடைபெறும்.

◈ இடதுபக்கம் சாய்ந்து படுக்கும்பொழுது சூரிய கலையின் சுவாசம் உடலுக்கு உஷ்ணத்தைக் கொடுத்து உண்ட உணவு சீரணமாகிறது.

◈ வெறுந்தரையில் படுக்கக்கூடாது. பாய் போன்ற விரிப்பின் மீதுதான் படுக்க வேண்டும்.

◈ தலையணையை மிக உயரமாக வைத்துக்கொள்ளக்கூடாது.

◈ குறிகிய கால உறக்கம் என்றாலும் ஆழ்ந்த உறக்கம் வேண்டும்.

◈ மனமும், உடலும், தான் செய்த முயற்சியளவிற்கு ஏற்ற வகையில் இளைப்பாற வேண்டும். மனதையும் உடலையும் இளைப்பாற்றுவது உறக்கம் மட்டுமே. இரவின் பின் பகுதியில் உறங்குவதைக் காட்டிலும் முற்பாகத்தில் உறங்குவது ஆரோக்கியத்திற்கு எளியது.

◈ கழுத்திற்கும் தோளுக்கும் மத்தியிலிருக்கும் அளவினதாகிய உயரத்தில் இலவம்பஞ்சு தலையணையை தலைக்கு வைத்து படுத்தால் கால் முதல் தலைவரை உள்ள எந்தப் பக்கத்து நரம்புகளும் சமனாக இருக்கும். சிரசைப் பற்றிய நோய்கள் தீரும்.

◈ இடது புறம் படுத்தால் இருதயம் சுயமாக இயங்கும். சுவாசம் இலகுவாக வெளிவரும்.

சில தவறான செயல்கள், தவிர்க்க வேண்டியவை

1. இரவில் துணி துவைக்கக்கூடாது.
2. இரவில் குப்பை வெளியில் கொட்டக்கூடாது.
3. இரவில் மரத்தின் கீழ் தூங்கக்கூடாது.
4. விரதம் இருக்கும் தினத்தில் அடிக்கடி நீர் அருந்தக்கூடாது. பகலில் தூங்கக்கூடாது. வெற்றிலை பாக்குப் போடக்கூடாது. உணவில் கத்திரிக்காய் சேர்க்கக்கூடாது.

கடைப்பிடிக்க வேண்டியன

✷ பூஜை அறையில் தெய்வப் படங்களை வடக்குப் பார்த்து வைக்கக் கூடாது. கிழக்குப் பார்த்துத்தான் வைக்க வேண்டும். இயலவில்லை என்றால் திருமாலை தெற்குப்புறம் பார்க்க



வைக்கலாம். பிற தெய்வங்களை மேற்குப்புறம் பார்க்க வைக்கலாம்.



* திருப்பதி, திருத்தணி, பழனி, திருச்செந்தூர் போன்ற புண்ணிய ஸ்தலங்களுக்குச் சென்றால் அங்கிருந்து நேராக அவரவர் வீட்டிற்குத்தான் செல்லவேண்டும்.
* ருத்திராட்சம் அணிவோர் இறுதிச் சடங்குகளுக்குச் செல்லும்போது அதைக் கழற்றி வைத்துவிட்டுத்தான் செல்லவேண்டும்.
* மாமனார் மாமியாரைப் பெற்றோரைப் போல பாவிக்க வேண்டும்.
* மாமனார் மாமியார் மருமகளை மகளாகப் பாவிக்க வேண்டும்.

எத்தனை முறை வலம் வரவேண்டும்

1.	விநாயகர்	1 அல்லது 3 முறை
2.	கதிரவன்	2 முறை
3.	சிவபெருமான்	3, 5, 7 முறை (ஒற்றைப்படை)
4.	முருகன்	3 முறை
5.	தட்சிணாமூர்த்தி	3 முறை
6.	சோமாஸ்கந்தர்	3 முறை
7.	அம்பாள்	4, 6, 8 முறை (இரட்டைப்படை)
8.	விஷ்ணு	4 முறை
9.	இலக்குமி	4 முறை
10.	அரசமரம்	7 முறை
11.	அனுமான்	11 அல்லது 16 முறை
12.	நவக்கிரகம்	3 அல்லது 9 முறை
13.	பிரார்த்தனை	108 முறை

பதினாறு பேறுகள்

1. கல்வி	2. அறிவு	3. ஆயுள்
4. ஆற்றல்	5. இளமை	6. துணிவு
7. பெருமை	8. பொன்	9. பொருள்
10. புகழ்	11. நிலம்	12. நன்மக்கள்
13. நல்லொழுக்கம்	14. நோயின்மை	15. முயற்சி
16. வெற்றி		

தோஷம் நீங்க ஏற்ற வேண்டிய தீபங்கள்



1.	ராகு தோஷம்	-	21 தீபங்கள்
2.	சனி தோஷம்	-	9 தீபங்கள்
3.	குரு தோஷம்	-	33 தீபங்கள்
4.	துர்க்கை	-	9 தீபங்கள்
5.	ஈஸ்வரனுக்கு	-	11 தீபங்கள்
6.	திருமண தோஷம்	-	21 தீபங்கள்
7.	புத்திர தோஷம்	-	51 தீபங்கள்
8.	சர்ப்ப தோஷம்	-	48 தீபங்கள்
9.	காலசர்ப்ப தோஷம்	-	21 தீபங்கள்
10.	களத்திர தோஷம்	-	108 தீபங்கள்

விபூதி வாங்கும் முறை



- கோவிலில் விபூதி வாங்கும்போது ஒற்றைக் கையை மாத்திரம் நீட்டி வாங்கக்கூடாது.
- வலக்கையின் கீழே இடக்கையைச் சேர்த்து விபூதியை வாங்க வேண்டும்.
- விபூதியை இடக்கையில் கொட்டி, அதிலிருந்து மறுபடி எடுத்து தரித்தல் கூடாது. வலக்கையில் பெற்றுக்கொண்டு விபூதியை அப்படியே நெற்றியில் தரிப்பது நலம். அவ்விதம் செய்ய இயலாவிட்டால் ஒரு சிறு தாளில் விபூதியை இட்டு, அதிலிருந்து எடுத்துத் தரிக்கலாம்.

◈ வயதில் நம்மைவிட இளையவர் கைகளிலிருந்து விபூதி எடுத்துத் தரிக்கக்கூடாது. விபூதியை நம் கையில் இடச்செய்து அதிலிருந்துதான் எடுத்துத் தரித்துக்கொள்ள வேண்டும்.

◈ குங்குமத்தை இளையவர் கைகளிலிருந்து எடுத்துத் தரிப்பதில் தவறில்லை.

நவக்கிரகங்களுக்குரிய நிவேதனங்கள்

கிரகம்	நிவேதனம்
சூரியன்	சர்க்கரைப் பொங்கல்
சந்திரன்	பால் பாயசம்
செவ்வாய்	பொங்கல்
புதன்	புளியோதரை
குரு	தயிர்சாதம்
சுக்கிரன்	நெய்ப் பொங்கல்
சனி	எள்ளுச்சாதம்
ராகு	உளுந்து சாதம்
கேது	சித்ரான்னம்



மூலிகைகள்	தீர்க்கும் நோய்கள்
அரச இலைப்பொடி	மலட்டுத்தன்மை நீங்குதல்
அருகம்புல்பொடி	சகல வியாதிகள் நீங்க
ஆடாதொடைப் பொடி	ஆண்மைக்குறைவு நீங்க
வல்லாரை இலைப்பொடி	குறைஞாபக சக்தி, நரம்புத் தளர்ச்சி
வில்வ இலைப்பொடி	சர்க்கரை வியாதி
துளசி இலைப்பொடி	ஈரல், சளி, இருமல்
கல்யாண முருங்கைப் பொடி	பித்தம், நீரிழிவு
தூதுவளை	புற்றுநோய், ஆஸ்துமா நீங்க
மணத்தக்காளி	புற்றுநோய், அல்சர் நீங்க

கீழா நெல்லி	மஞ்சள் காமாலை, கல்லீரல்நோய்
முடக்கத்தான் இலைப்பொடி	மூட்டுநீர், மூட்டுத் தேய்மானம் நீங்க
பாகற்காய் பொடி பூண்டுப் பொடி	ரத்த அழுத்தம், நீரிழிவு நீங்க
சுண்டைக்காய் பொடி	இதயத்திற்கு இதமானது
கருவேப்பிலைப் பொடி	இதயத்திற்கு இதமானது
நாரத்தங்காய் இலைப்பொடி	பித்தம் நிவாரணி
சுக்குப்பொடி வெந்தயப் பொடி	சர்க்கரை வியாதி

சாப்பாடு மேல் கோபம் வேண்டாம்

"குழம்பா வச்சிருக்கே! சாதம் வேகவே இல்லே! காய்கறியில் உப்பில்லே" என்று மனைவியிடம் வரிந்து கட்டும் கணவன்மார் படிக்க வேண்டிய விஷயம் இது.



'தைத்ரிய உபநிஷதம்' என்ற நூலில் 'உண்ணும் உணவைப் பழிக்காமல் இருப்பது விரதத்துக்கு சமமானது' என்று சொல்லப்பட்டுள்ளது. பிருகு மகரிஷிக்கு, அவருடைய தந்தை இதுபற்றி சொல்லியுள்ளார்.

"சாப்பாடு சகிக்கவில்லை என்று யாரும் இகழக்கூடாது. இந்த உணவு எனக்கு நன்மைதரும். ஆரோக்கியம் தரும். மனத்தூய்மை அளிக்கும் என்ற நம்பிக்கையோடு, மகிழ்ச்சியாக உண்ண வேண்டும்" என்று அவர் கூறுகிறார். 'உணவே கடவுள்' என்றும் அந்த ரிஷி சிறப்பிக்கிறார். இதனையே 'அன்னம் பரபிரம்ம சொரூபம்' என்று குறிப்பிடுவர். கிராமங்களிலும் 'சோத்துக்குள்ளே இருக்கார் சொக்கனாதசுவாமி' என்று சுலவடை சொல்வர். அன்னலட்சுமி, அன்னத்தாய் என்று உணவை தெய்வாம்சமாக வணங்குவர். சோறு கண்ட இடம் சொர்க்கம் என்ற பழமொழியும் உண்டு. அதாவது, அன்னத்தால் அபிஷேகம் செய்யப்படும் சிவனைத் தரிசனம் செய்தால் சொர்க்கம் கிடைக்கும் என்பது ஐதீகம்.

விளக்குகளை ஏற்ற எண்ணெய் வகைகள்



1. **நெய்** - தீபத்திற்கு நெய் விடுவது மிகச் சிறப்பாகும். சகல செல்வத்தையும், சுகத்தையும் இல்லத்துக்கு நலனையும் தரும். ஞானம் உண்டாகும், முருகன் சந்நிதியில் நெய் விளக்கு ஏற்றுவது மரபாகும்.
2. **நல்லெண்ணெய்** - நல்லெண்ணெயில் தீபம் ஏற்றினால் எல்லா பீடைகளும் விலகி விடுகிறது. யம பயம் இருக்காது.
3. **இலுப்பை எண்ணெய்** - இலுப்பை எண்ணெயில் தீபம் ஏற்றினால், ஆரோக்கியம் உண்டாகும்.
4. **ஆமணக்கு எண்ணெய்** - ஆமணக்கு எண்ணெயில் தீபம் ஏற்றினால் சகல சம்பத்தும் உண்டாகும்.
5. **விளக்கெண்ணெய்** - விளக்கெண்ணெயில் தீபம் ஏற்றுவதால் புகழ், தாம்பத்தியம் சுகம், தேக ஆராக்கியம், பந்து மித்திரர்கள் சுகம் ஆகியவை விருத்தியாகும்.
6. **கடலை எண்ணெய்** - கடலை எண்ணெயைத் தீபத்திற்கு உபயோகிக்கக்கூடாது.

தெய்வங்களுக்கு ஏற்ற எண்ணெய் வகைகள்

1.	கணபதிக்கு	தேங்காய் எண்ணெய்
2.	முருகனுக்கு	நெய்
3.	ருத்ராரி தேவதைக்கு	இலுப்பை எண்ணெய்
4.	தேவிக்கு	ஐந்து வகை எண்ணெய்
5.	நாராயணனுக்கு	நல்ல எண்ணெய்

6.	மஹாலட்சுமிக்கு	நெய்
7.	சர்வதேவதைகளுக்கு	நல்லெண்ணெய்
8.	குலதெய்வத்திற்கு	இலுப்பை எண்ணெய், நெய், வேப்பெண்ணெய் இவை மூன்றும் கலந்தது

குறிப்பு :

1. நெய், 2. விளக்கெண்ணெய், 3. வேப்பெண்ணெய், 4. இலுப்பை எண்ணெய், 5. தேங்காய் எண்ணெய் ஆகிய ஐந்தும் விளக்கில் ஊற்றி எவன் ஒருவன் ஒரு மண்டலம் 48 நாட்கள் பூசை செய்கிறானோ, அவனுக்கு தேவியின் அருள் மந்திர சக்தி உண்டாகும்.

குறிப்பு :

மூன்று எண்ணெய்களும் கலந்து விளக்கில் ஊற்றி அவரவர் குலதெய்வத்தை வழிபடுவதால் செல்வம் பெருகும். சகல சௌபாக்கியங்களும் கிட்டும்.

மங்கையர் தர்மம்



1. நெற்றிக்கு திலகம் இல்லாமல் ஒரு வினாடி கூட இருக்கக்கூடாது.
2. இரண்டு கைகளாலும் தலையைச் சொறியக்கூடாது.
3. பெண்கள் பூசணிக்காயை திருஷ்டி சுற்றி உடைக்கக்கூடாது.
4. கர்பிணிகள் சிதறு தேங்காயை உடைக்கக்கூடாது.
5. இரவில் வீட்டைப் பெருக்கலாகாது. செல்வம் தங்காது.
6. கையால் அன்னத்தையோ, காய்கறியையோ, உப்பையோ பரிமாறக்கூடாது.

7. பெண்கள் தங்களது மார்பகம் பூமியில் படும்படி குப்புறப் படுத்துக்கொள்ளக்கூடாது.

8. அதிகாலையில் எழுந்து சாணம் தெளித்து, மாக்கோலம் போடவேண்டும்.

9. தம் கணவரின் உத்திரவின்பேரில் தான தர்மம், விரதம், உபவாஸங்கள் அனுஷ்டிக்க வேண்டும்.

10. கர்ப்பிணிகள் கிரகண காலங்களில் அரிவாள்மனையை பயன்படுத்தக்கூடாது. துணி துவைக்கக்கூடாது.

அருள் மொழிகள்

இன்சொல் உமது இனிய வாழ்க்கை
நேர்மை உமது நிலையான செல்வம்.
உழைப்பு உமது உண்மை உயர்வு
கோபம் உமது கொடிய சத்துரு.

ஓரெட்டில் வளர்க்காத பிள்ளையும்
ஈரெட்டில் கற்காத கல்வியும்
மூவெட்டில் முடியாத திருமணமும்
நாலெட்டில் பெறாத பிள்ளையும்
ஐயெட்டில் சேர்க்காத செல்வமும்
ஆறெட்டில் தேடாத புகழும்
ஏழெட்டில் சுற்றாத தேசமும்
எட்டெட்டில் கிட்டாத ஓய்வும் பயனற்றதாகும்.

வாழ்க்கைக் கணக்கு

நல்லவற்றைக் கூட்டிக்கொள். தீயவற்றைக் கழித்துக்கொள்.
அறிவைப் பெருக்கிக்கொள். நேரத்தை வகுத்துக்கொள்.
செலவைக் குறைத்து வரவை அதிகப்படுத்திக்கொள்.
அன்பைப் பெருக்கி ஆணவத்தைக் குறைத்துக்கொள்.

மரம் வளர்ப்பது

தென்னை, பலா, வாழை, கமுகு, மாதுளை, திராட்சை, வேம்பு, எலுமிச்சை, முல்லை, மல்லிகை, துளசி, கொன்றை, பவளமல்லி, மா, நாரத்தை, பன்னீர்ச்செடி, திருநீர், பத்ரி, கற்பூரவல்லி, குரோட்டன்ஸ், ஆகியவை வீட்டு மனையில் வளர்ப்பது நல்லது.



துளசி மாடம் வைத்து வழிபடுவது மிகச் சிறந்தது.

புளிய மரம், அத்தி மரம், விளாமரம், அலரிமரம், முருங்கை மரம், வாகை மரம், எருக்கு மரம், ஆமணக்குச் செடி, ஆலமரம், பருத்தி, பனைமரம், நாவல் மரம் ஆகியவை வீட்டிலோ அல்லது வீட்டின் அருகிலோ இருக்கக்கூடாது. இதனால் லட்சுமி வாசம் செய்யமாட்டாள்.

சிரார்த்தத்தில் (திவசம்) சேர்க்க வேண்டிய முக்கிய காய்கறிகள்

கரும்பு, எள், உளுந்து, கோதுமை, பயத்தம்பருப்பு, வெல்லம், மிளகு, சம்பா நெல், பிரண்டை, கருவேப்பிலை, பாகற்காய், கருணைக்கிழங்கு, வாழைக்காய், மாங்காய், இலந்தப்பழம், நாரத்தங்காய், எலுமிச்சை, கொத்தவரங்காய், பலாக்காய், தேன் இவை விசேஷமானது.

அதிகாலையில் நடப்பது



- சூரியோதயத்திற்கு முன் வெறுங்கால்களால் (பாதணி அணியாமல்) திறந்த வெளியில் நடக்க வேண்டும்.
- பூமியின் ஆகர்ஷண சக்தி கால் வழியாகச் சென்று உடலில் உள்ள நோய்களைப் போக்கும். உள்ளத்தில் உள்ள மிருக உணர்ச்சியையும் போக்கும்.

திருவண்ணாமலை கிரிவல கிழமையும் - பலன்களும்

ஞாயிற்றுக்கிழமை: மனம், மொழி, மெய் சுத்தியுடன் நீராடி எந்த ஒரு சிந்தனையும் இன்றி நிர்மலமாய் மலையை வலம் வந்து தம்மால் இயன்ற தான தர்மங்களைச் செய்தவர்கள் சூரிய மண்டலத்தைப் பிளந்து சிவபதத்தைத் தமக்குரிய இடமாகச் சேர்த்துக் கொள்வர் என்று கூறப்படுகிறது.

திங்கட்கிழமை: சூரியயோதத்திற்கு முன்பாக நீராடி ஈர உடையுடன் இம்மைலையை வலம் வருவதால் தேவேந்திரனைப் போன்று ஏழு உலகினையும் ஆளும் பலனை அடையலாம்.

செவ்வாய்க்கிழமை: தூய நீரால் எவருடனும் எதுவும் வாய் பேசிடாமல் தம் சித்தத்தை சிவத்தினிடத்தே வைத்து இம்மலையை வலம் வந்தால் தங்கள் வறுமை மற்றும் சங்கிலித் தொடர் போல தொடர்ந்திடும் ஏழு பிறவிகளையும் விட்டு நீங்கிடலாம்.

புதன்கிழமை: இந்நாளில் நீராடி இம் மலையை வலம் வந்தால் நான்கு வேதங்களையும் ஆறு சாஸ்திரங்களையும் அறுபத்து நான்கு கலைகளையும் கற்றுத் தெளிந்து முக்தியை நெருங்கலாம்.

வியாழக்கிழமை: இந்நாளில் மலையை வலம் வருபவர்கள் மும்மூர்த்திகளும் புகழும்படியான தேவர்களுக்கு முனிவர்களுக்கு மேலான நிலையை அடவார்கள்.

வெள்ளிக்கிழமை: இக்கிழமையில் நீராடி மலையை வலம் வந்தால் விஷ்ணு பதத்தை அடைந்திடுவார்கள்.

சனிக்கிழமை: இந்நாளில் சூரிய உதயத்தில் நீராடி மலையை வலம் வந்தால் நவக் கிரகங்கள் அளித்திடும் நற்பலன்கள் அனைத்தையும் பெறலாம்.



நெல்லிக்காய்



நெல்லிமரம் திருமாலின் அருள் பெற்றது. ஹரிபலம் என்றே இதற்கு பெயர். ஒரு வீட்டில் நெல்லி மரமும் கனிகளும் இருக்குமாயின் மாகாலட்சுமி நித்தியாவசம் செய்கிறாள்.

நெல்லிக்காய் சாப்பிடுவதால் ஆரோக்கியத்துடன் புண்ணியமும் கிட்டும். வெள்ளிக்கிழமைகளிலும் இரவிலும் உண்ணக்கூடாது. நெல்லி மர நிழலில் அன்னம் அளிப்பது மிகவும் விசேஷம். துவாதசி அன்று நெல்லிக்காய் உணவில் சேர்த்தால் தான் ஏகாதசி பலன் உண்டு.

சிவ பூஜையின் போது சிவனுக்கு படைக்க வேண்டியமலர் இலை மற்றும் நைவேத்தியங்கள்.

ஞாயிறு: மலர் - செந்தாமரை, இலை - வில்வம், நைவேத்தியம் -பாயாசம்

திங்கள்: மலர் - வெள்ளை நிற மலர்கள், இலை - அரளி, நைவேத்தியம் - வெண்பொங்கல்

செவ்வாய்: மலர் - சிவப்பு நிற மலர்கள், இலை - விளா, நைவேத்தியம் -எள் அன்னம்

புதன்: மலர் - செந்தாமரை, இலை - வில்வம், நைவேத்தியம் - பாயாசம்

வியாழன்: மலர் - செந்தாமரை, இலை - வில்வம், நைவேத்தியம் - பாயாசம்

வெள்ளி: மலர் - செந்தாமரை, இலை - வில்வம், நைவேத்தியம் - பாயாசம்

சனி: மலர் - செந்தாமரை, இலை - வில்வம், நைவேத்தியம் - பாயாசம்



திட்டுறதிலேயும் ஒரு நியாயம் வேணும்!

சிலர் திட்டும்போது 'என் முன் நிக்காதே! எக்கேடோகெட்டு நாசமாப் போ!' என்றெல்லாம் கொதித்துப் பேசுவார்கள். இப்படி திட்டக்கூடாது என்கிறது சாஸ்திரம்.

அந்தக்காலத்தில் பெற்றோர் கோபத்தில் குழந்தைகளைத் திட்டும்போது கூட, அமங்கலமான வார்த்தைகள் கலக்காமல், அதிலும் தர்மத்தைக் கடை பிடித்தனர்.

'நாசமத்துப் போ' என்பது அதில் ஒரு வார்த்தை 'நாசம் அற்று நல்லா இருக்கணும்' என்பது இதன் பொருள். வீடெங்கும் பொருட்களை இங்கும் அங்கும் இறைக்கும் குழந்தையைக் கூட 'உன் 'கல்யாண' கையை வெச்சுக்கிட்டு சும்மா இருக்க மாட்டியா?' என்று தான் கோபிப்பர். இதற்கு காரணமும் இருக்கிறது.

ஒவ்வொருவரின் வீட்டு வாசலிலும், வீட்டுத்தெய்வமான கிரகலட்சுமி கண்ணுக்குத் தெரியாமல் இருப்பதாக ஐதீகம்.

நாம் சொல்லும் ஒவ்வொரு வார்த்தைக்கும் 'அப்படியே ஆகட்டும்' என்று ஆசியளிப்பவள் அவளே அதனால் கோபதாபத்தில் கூட தவறான வார்த்தைகளைச் சொல்லக்கூடாது.

சூரிய சந்திர கிரகணங்கள்

சூரிய கிரகணங்கள் பிடிப்பதற்கு 4 யாமத்திற்கு முன்பும், சந்திர கிரகணம் பிடிப்பதற்கு 3 யாமத்திற்கு முன்பும் சாப்பிட்டுவிடவேண்டும். சந்திர-சூரியர்கள் மருந்துகளுக்கு அதிபதிகள் அவர்களுக்கு மறைவு ஏற்பட்ட போது நம் வயிற்றில் அன்னம் இருந்தால் நோய் உண்டாகும். கிரகணம் விடாமல் இருக்குபோதே சந்திரன் அஸ்தமனமானால், அது கிரஸ்தாஸ்தமனம் என்று பெயர். அன்று பகல் எல்லாம் உபவாசமிருந்து மாலை சந்திரோதயத்தைப் பார்த்த .பின்பே சாப்பிட வேண்டும்.



சூரியனை கிரகணம் விடாதபோது சூரியன்

அஸ்தமனமாகி விட்டால் இரவு ஒன்றும் உண்ணாதிருந்து, மறுநாள் காலை ஸ்நானம் செய்து சூரிய தரிசனம் செய்த பின்பே சாப்பிட வேண்டும். கிரகணம் பிடிக்கும் போது, சமுத்திரக்கரையில் உள்ளவர்கள் சமுத்திர ஸ்நானம் செய்யலாம். கிரகணம் விட்ட ஸ்நானம் சமுத்திரத்தில் செய்யக்கூடாது. ஏனெனில் பிரதமையில் தான் கிரகணம் விடும், பவுர்ணமி, அமாவசையில் தான் சமுத்திர ஸ்நானம் செய்ய வேண்டும். வீட்டுக்கு விலக்காக இருக்கும் பெண் கூட, பிறர் மொண்டுவிடும் ஜலத்தால் தான் கிரகணம் ஸ்நானம் செய்யவேண்டும்.

கிரகண காலத்தில் எல்லா தீர்த்தமும் கங்கைக்குச் சமம். கிரகணம் முடியும் வரை ஜபம் செய்ய வேண்டும். கர்ப்பிணிப் பெண்கள் வெளியே வரக்கூடாது. தயிர், ஊறுகாய் முதலியவைகளில் தர்ப்பையைத் துண்டித்துப் போட வேண்டும்.

எண்ணை தேய்த்துக் குளித்தல்

ஞாயிறு: சூரியன் உச்சம் பெற்ற நாள், பலன் கொடுப்பவனும் அவனே. சூரியன் நாளான ஞாயிறு சுறுசுறுப்பான இதயம் எண்ணை முழுக்கால் மந்தகதி படும். அது தீங்கு.



சனிக்கிழமை: தோறும் எண்ணை தேய்த்துக் குளித்தால் வைத்திய செலவு அதிகமாக வராது. மயானத்திற்கு சென்று வந்தவனுக்கு, தலைமுடி வெட்டிக் கொண்டவனும் தலையில் எண்ணையை வைத்துக்கொண்டு ஒருபோதும் குளிக்கக்கூடாது.

ஆண்கள்: புதன், சனிக்கிழமையிலும், **பெண்கள்:** செவ்வாய், வெள்ளிக் கிழமையிலும் குளிக்கலாம். அமாவாசை, பவுர்ணமி, மாதப் பிறப்பு, ஜென்ம நட்சத்திரத்தின்று குளிக்கக்கூடாது. தலையில் தேய்த்த எண்ணையை வழித்து உடம்பின் பிற பகுதிகளில் தேய்த்தல் கூடாது.

சர்க்கரை நோய் கட்டுப்பாட்டில் வைக்க!

100-70 வரையிலான உணவுகளை ஜிஐ என்று, 70-55 வரையிலான உணவுகளை நடுத்தர ஜிஐ என்று 55க்கு கீழே உள்ள உணவுகளை, குறைந்த ஜிஐ என்றும் அழைக்கிறோம்.

அதிக ஜிஐ உணவுகள் சீக்கிரம் ஜீரணமாகி, சீக்கிரம் உறிஞ்சப்பட்டு, ரத்தத்தில் சர்க்கரையின் அளவை சீக்கிரம் அதிகரித்து, சர்க்கரை நோய் வருவதற்கு மூலகாரணமாக அமைகின்றன. குறைந்த ஜிஐ உணவுகள், மெதுவாக ஜீரணமாகி, மெதுவாக உறிஞ்சப்பட்டு, ரத்தத்தில் சர்க்கரை அளவை மெதுவாக உறிஞ்சப்பட்டு, ரத்தத்தில் சர்க்கரை அளவை மெதுவாக உயர்த்துகின்றன. ஆகவே, 70-க்கும் மேல் ஜிஐ உள்ள உணவுகளே ஆபத்தானவை. 55க்கும் கீழ் உள்ள உணவுகளே பாதுகாப்பானவை.

அரிசி	ஜிஐ
பொன்னி	75
பாசுமதி	58
சம்பா	56
கைக்குத்தல்	50
கோதுமை	**ஜிஐ**
தீட்டிய கோதுமை	67
முழுகோதுமை	54
மைதா	80
சிறு தானியங்கள்	**ஜிஐ**
சோளம்	50-
கேழ்வரகு, கம்பு	55
ஓட்ஸ்	49
ரொட்டி	**ஜிஐ**
வெள்ளை ரொட்டி	70
கோதுமை ரொட்டி	53
கிழங்குகள்	**ஜிஐ**
உருளை	93
பீட்ரூட்	70
கேரட்	49
கொட்டைகள்	**ஜிஐ**
முந்திரி	22
பாதாம்	22
வால்நட்	15
வேர்க்கடலை	14
பழங்கள்	**ஜிஐ**
தர்பூசணி	103
அன்னாசி	68
பப்பாளி	58
மாம்பழம்	55

அப்படியானால், நாம் உண்ணும் உணவின் ஜிஐ எவ்வளவு என்பதை தெரிந்து வைத்துக் கொள்வது ஒவ்வொருவருக்கும் அவசியமானது. தானே!

அதற்கான பட்டியலை பார்த்துக்கொள்ளுங்கள்.

வெளிநாடுகளில், ஒவ்வொரு உணவுப் பண்டகத்தின் கவரிலும் ஜிஐ அளவு குறிப்பிட வேண்டும். என்று சட்டமே வந்துவிட்டது.

இதில் நாம் கவனிக்க வேண்டியது கைக்குத்தல் அரிசியின் ஜிஐ, 50 என்பதுதான். குட்டைராக பொன்னி போன்றவற்றின் ஜிஐ அளவு மிகவும் அதிகம் - 75.

வாழை	55
திராட்சை	46
ஆரஞ்சு	44
ஆப்பிள்	38
பிளம்ஸ்	39
சர்க்கரை வகைகள்	**ஜிஐ**
குளுக்கோஸ்	100
சுக்ரோஸ்	58
லாக்டோஸ் (பாலில்)	46
ஃபிரக்டோஸ் (பழங்களில்)	23
தேன்	58
காய்கறிகள்	**ஜிஐ**
பூசணி	75
பீன்ஸ்	48
பட்டர்பீன்ஸ்	31
பட்டாணி	48
கிட்னி பீன்ஸ்	27
சோயா	18
முட்டைகோஸ், காளான், வெங்காயம், கீரைகள்	10



நடந்தால் சர்க்கரை நோய் ஓடும்



இன்று நீரிழிவு நோய் எனப்படும் சர்க்கரை வியாதி மிகவும் பொதுவான ஒன்றாகிவிட்டது. கீழ்க்கண்ட சில விஷயங்களைப் பின் பற்றினால் சர்க்கரை நோய் உங்களை நெருங்காமல் செய்யலாம்.

1. நடந்தால் நல்லது

அதிக எடை உள்ளவர்களுக்கும், உடற்பயிற்சி இல்லாதவர்களுக்கும் உடலில் உள்ள உள் உறுப்புகளைச் சுற்றிலும் கொழுப்பு மறைந்திருக்கும். அதோடு இன்சுலின் சுரப்பதில் தடையும், இதய நோய் சம்மந்தப்பட்ட பாதிப்பும் இருக்கலாம். இதைக் கட்டுப்படுத்த உடற்பயிற்சி மிகச் சிறந்த வழி.

முறையாக உடற்பயிற்சி செய்பவர்களுக்கு 8 மாதத்துக்குப் பிறகு 8 சதவீத கொழுப்பு கரைவதையும், அடிவயிற்றில் உள்ள கொழுப்பு குறைந்து தொப்பையின் அளவு குறைந்ததையும் கண்டுபிடித்திருக்கிறார்கள்.

ஒரு நாளைக்கு 30 நிமிடம் என்று வாரத்துக்கு ஐந்து

நாட்கள் நடப்பவர்கள் 5 முதல் 7 சதவீதம் வரை உடல் எடையைக் குறைக்க முடியும். 58 சதவீதம் அளவுக்கு சர்க்கரை நோய் அபாயத்தைத் தடுக்க முடியும்.

ஏற்கனவே சர்க்கரை நோய் உள்ளவர்களுக்கு நடைப்பயிற்சி இன்னும் அவசியம். 'டைப்2' சர்க்கரை நோய் உள்ளவர்கள் வாரத்துக்குப் நான்கு மணிநேரம் சுறுசுறுப்பாக நடந்தால், மற்றவர்களை விட இவர்களுக்கு இதய நோய் அபாயம் மிக மிகக் குறையும்.

2. தவறாத காலை உணவு



காலை உணவாக ஒழுங்காகச் சாப்பிடாதவர்கள், அடிக்கடி காலை உணவைத் தவிர்ப்பவர்களை விட, காலை வேளையில் ஒழுங்காகச் சாப்பிடுபவர்களுக்கு உடல் பருமனும், இன்சுலின் சுரப்பதில் தடையும் 35 முதல் 50 சதவீதம் வரை குறையும் என்று கண்டுபிடிக்கப் பட்டிருக்கிறது. அதனால், காலை உணவைத் தவறவிடவே செய்யாதீர்கள். அதிலும் குறிப்பாக, நவதானிய உணவுகளைச் சேர்த்துக்கொள்வது மிகவும் நல்லது.

3. சிரிப்பே சிறப்பு



பொதுவாக நன்றாக வாய்விட்டுச் சிரிப்பவர்களுக்கு ரத்த அழுத்தம் ஏற்படும் வாய்ப்பு மிகவும் குறைவு. அவர்களுக்கு நல்ல நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியும், மனநிலையும் இருக்கும் என்று முன்பே தெரிவிக்கப்பட்டிருக்கிறது.

தற்போது, டைப் 2 சர்க்கரை நோய் உள்ளவர்கள் நன்றாக மனம் விட்டுச் சிரித்தால்

சாப்பாட்டுக்குப் பிறகு ஏறும் குளுக்கோஸ் அளவு அவர்களுக்கு மிகவும் குறைவாக இருக்கும் என்று கண்டுபிடித்திருக்கிறார்கள்.

இந்நோய் உள்ளவர்களை இரண்டு தனித்தனி நாட்களில் பரிசோதித்துப் பார்த்து இந்த முடிவை வெளியிட்டிருக்கிறார்கள்.

அவர்களை ஒருநாள், சீரியசான உரையைக் கேட்க வைத்தார்கள். இன்னொரு நாள், நன்றாக வாய்விட்டுச் சிரிக்கும் நகைச்சுவை நிகழ்ச்சியில் பங்குகொள்ள வைத்தார்கள். சீரியசான சொற்பொழிவைக் கேட்ட நாளை விட, நகைச்சுவை நிகழ்ச்சியில் பங்கேற்று சிரிப்பில் மூழ்கிய போது குளுக்கோஸ் அளவு குறிப்பிட்ட அளவு குறைந்தது.

ஆகவே சிரிக்கத் தயங்காதீர்கள்.வாய்ப்புக் கிடைக்கும்போதெல்லாம் சிரியுங்கள், மற்றவர்களையும் சிரிக்க வையுங்கள்!

ஸ்ரீல ஸ்ரீ மகா ஆனந்த சித்தர் சுவாமிகள்

குழந்தை பாக்யம் கிடைக்க !

வாய்பேச முடியாத ஊமைகள் வாய் பேச!



வேலூர் அருகில் காட்பாடி வழி குடியாத்தம் போகும் வழியில் கண்குப்பம் கிராமத்தில் உள்ள மகாதேவ மலையில் குகையில் வாழும் சித்தர் மலைமீது மிகப் பிரமாண்டமான சிவன் ஆலயத்தை ஸ்தாபிதம் செய்துள்ளார். இவரை நாடிவரும் மக்களின் பிரச்சனைகள் தீர அருளாசி வழங்குகிறார்.

இங்கே இரண்டு விஷயங்களுக்கு மிகவும் முக்கியத்துவம் அளிக்கப்படுகிறது.

1. குழந்தை பாக்கியம் இல்லாதோர்க்கு குழந்தைபிறக்க
2. வாய் பேச முடியாத ஊமைகளை வாய்பேச வைக்க, மேலும் இங்கு அன்றாடம் தரிசிக்க வரும் அன்பர்களுக்கு சித்தரே சமைத்து அன்னதானம் அளிப்பது மிகவும் விசேஷமாகும்.

செவ்வாயில் பேசுங்கள் !
பிரச்சனையை தீருங்கள்!!

பிரச்னை இல்லாத வாழ்க்கை ஏது! ஆனால், அது இழுத்துக்கொண்டே போனால் தீர்வுதான் என்ன! பிரச்சனைகளை செவ்வாய்க்கிழமையன்று பேசிமுடித்தால் அதற்கு தீர்வு கிடைக்கும் என்கிறார் ஜோதிட முரசு மிதுனம் செல்வம்.



நமது வாழ்க்கையில் ஆன்மிகமும், ஜோதிடமும் இரு கண்களாக இணைந்தே இருக்கின்றன. வாரம், நட்சத்திரம், திதி, யோகம், கரணம், போன்றவற்றை அடிப்படையாக் கொண்டு ஒவ்வொரு விஷயங்களையும், விஷேசங்களையும் ஏற்படுத்திக் கொள்கிறோம். எல்லாவற்றிற்கும் காலம், நேரம் சகுனம் பார்ப்பது என்பது தொடர்ந்து வரும் நிகழ்வுதான். அதற்காக ஆதாரம், சான்றுகள் இல்லாமல் தலை கால் வைத்து, "இதைச் செய்யாதே! அதைச் செய்யாதே! இந்த நேரம் பொல்லாத நேரம்! இந்த நாள் மோசமான நாள்!" என்றெல்லாம் வதந்திகளைப் பரப்பினர். இதன் அடிப்படையில் ஒதுக்கப்பட்ட கிழமைதான் செவ்வாய். உண்மையில், செவ்வாய்க் கிழமையை ஒதுக்க வேண்டும் என்பதற்கு எந்தவித சாஸ்திர ஆதாரமும் இல்லை.

மார்கழி மாதத்தை பீடை மாதம் என்பார்கள். ஆனால், உண்மையில் பீத (பீடு) மாதம் என்பதுதான் பீடை மாதம் என வழக்கத்தில் வந்துவிட்டது. 'மாதங்களில் நான் மார்கழி' என்று கிருஷ்ணரும் கீதையில் கூறுகிறார். மார்கழி மாதத்திற்கு

வந்த கருத்தான் செவ்வாய்க் கிழமைக்கும் வந்துவிட்டது. இன்னும் சில ஜோதிட ஆதாரங்களையும் சொல்லலாம்.

நட்சத்திரங்களைப் பற்றிச் சொல்லும்போது, ஆயில்யம் மாமியாருக்கு ஆகாது, மூலம் மாமனாருக்கு ஆகாது என்று சொல்வார்கள். ஆனால், சப்தரிஷி வாக்கியங்களில் இதற்கு ஆதாரமோ, சான்றுகளோ இல்லை. இதுபோலத்தான், கிழமைகளைப் பற்றிய கருத்துகளும் மக்கள் மத்தியில் பதிந்து விட்டன.

"கிழமை" என்ற சொல்லுக்கு "உரிமை" என்பது பொருள். செவ்வாய் கிரகத்திற்கு உரிய நாள் என்பதால் செவ்வாய் கிழமை என்று அழைக்கப்படுகிறது. 'செவ்வாய்' என்ற சொல்லுக்கு 'மங்களம்' என்றுதான் பொருள். சுபநிகழ்சிகளையே மங்கள நிகழ்சிகள் என்று சொல்லுவர். இவ்வாறு இருக்கும் போது, செவ்வாய் கிழமையை ஒதுக்க வேண்டிய அவசியம் அறவே இல்லை. செவ்வாய் கிரகத்திற்கு அதிபதியான அங்காரகனையும் 'மங்களன்' என்ற வார்த்தையால் குறிப்பிடுவர்.

ஜோதிட சாஸ்த்திரத்தில் செவ்வாய்க்கு மிக முக்கியத்துவம் கொடுக்கப்பட்டுள்ளது இவர் பூமாதேவியின் அம்சமாவார். ஆகையால்தான், இவரை 'பூமிகாரகன்' என சாஸ்திரம் புகழ்கிறது. நம் உடம்பில் ரத்தம், வெப்பம் ஆகியவற்றிற்கும் செவ்வாய் காரணம். பெண்கள் பூப்படைதல், திருமணம், மண், மனை, வீடு, சகோதரன், உத்தியோகம் போன்றவற்றிற்கெல்லாம் செவ்வாய் அடிப்படைக் காரணம்.

நம் நாட்டில் தென்பகுதி, வடபகுதிகளில் மாறுபட்ட பழக்கவழக்கங்கள் உள்ளன. இங்கு நாம் செவ்வாய்க் கிழமையை காரணமே இல்லாமல் தவிர்க்கிறோம். வடநாட்டில் மங்கள நிகழ்சிகள் சர்வ சாதாரணமாக நடக்கிறது. அவர்கள் செவ்வாயை 'மங்கள்வார்' என்று குறிப்பிடுகின்றனர். இந்நாளில் சுப நிகழ்சிகளைச் செய்தால், யோகத்தை விருத்தி செய்யும் என்று நம்புகின்றனர்.

செவ்வாய்க் கிழமை மற்றும் செவ்வாய் ஓரையில் செய்வதற்கென்றே சில சுப நிகழ்சிகள் உள்ளன. இந்த நாளில் சொத்துகள் வாங்குவது, விற்பது பற்றி பேசலாம் . இடம், தோட்டம் நிலத்தைப் போய் பார்க்கலாம். ஒப்பந்தங்களில் கையெழுத்திடலாம். சகோதரர்களிடையே பிரச்சனை இருந்தால் இந்நாளில் பேசித் தீர்க்கலாம். வேளையில் சேரலாம். பூமி பூஜை போடலாம். வீடு மாறலாம். பால் காய்ச்சலாம். இந்நாளில் வாங்கிய கடனை அடைத்தால் மீண்டும் கடன் படாத நிலைமைக்கு கூட வைப்புகள் உண்டு. இந்நாளில் முருகன் கோயிலுக்குச் சென்று வழிபட்டால், நாளும் வினையும் நம்மை எதுவும் செய்யாது.

செவ்வாய்க் கிழமையில் செய்கின்ற சுப நிகழ்சிகள் நிலைத்து நின்று பலன் தரும்.

செவ்வாயில் பொருள் வாங்கினால் செல்வம் பொங்கும்.

– நன்றி தினமலர்

மகரிஷிகளின் வாக்கு !

புத்திரனுக்கு சரீரத்தைத் தருபவர் தந்தை!
அந்த சரீரத்திற்கு உயிர் தருபவள் தாய்!!

ஆதலால், தனது சிருஷ்டிக்குக் காரணமாக இருக்கும் தந்தை, தாய் ஆகியோரின் கட்டளைக்குக் கட்டுப்பட்டு நடக்கவேண்டியது புத்திரனின் கடமையாகும்.

தனது மாதா, பிதா ஆகியோர் இருக்கும்வரை அவர்களைப் பாதுகாத்து, பாசத்துடனும், பக்தியுடனும் போஷிப்பது புத்திரனின் தர்மம். தாய், தந்தையர் மரித்த பின்பு, பித்ருக்களுக்காக ஏற்பட்டுள்ள கைங்கர்யங்களைத் தவறாமல் செய்வதும் புத்திரனின் கடமை.

இவ்விதம் தாய், தந்தையருக்குத் தனது கடமைகளைத் தவறாது செய்துவரும் புத்திரன் இம்மையிலும்,மறுமையிலும் சகல கேஷமங்களையும் அடைகிறான். புத்திரனுக்குத் தனது தாய், தந்தையரைவிட உயர்ந்த தெய்வம் கிடையாது.''

-மகரிஷி ஜமதக்னி.

◈ குழந்தை பெற்று எத்தனையாவது மாதம் வரை தாய் பூஜையறைக்குச் செல்லக் கூடாது?

22 நாட்கள் வரை தான் பூஜையறைக்குச் செல்வது, சமைப்பது கூடாது. மறுநாள் முதல் வழக்கம் போல எல்லாம் செய்யலாம். வழிபாட்டில் முழுமையாக ஈடுபடலாம்.

◈ காதணி விழாச் சடங்கு எதற்காக...

மூக்கணி விழா, கழுத்தணி விழா, கையணி விழா, செய்வ தில்லை. ஆனால் காதணி விழா நடத்து கிறார்கள். காரணம் மெய், வாய், கண், மூக்கு, செவி ஆகிய ஐந்து வகையான உடற்கருவிகளில் அறிவுக் கருவி செவி தான். செவியே அறிவிற்கு அடிப்படையாக இருப்பதால் காதிற்கு அணிகலன் சூட்டுவதைக் கொண்டாடுகின்றோம்.





◈ சுவாமிக்கு அணிவித்த மாலைகளை என்ன செய்யவேண்டும்?

சுவாமிக்கு அணிவித்த மலர்களுக்கு நிர்மால்யம் என்று பெயர். நிர்மால்யம் என்பதற்கு தூய்மைப் படுத்தப்பட்டது என்று பொருள். எனவே, இவற்றைக் கண்ணில் ஒற்றிக் கொண்டால் அவற்றின் மூலம் நாமும் புனிதமடைகிறோம். அவற்றைப் பெண்கள் தலையில் சூடிக் கொள்ளவேண்டும். இந்த மலர்களை மிதிபடாத இடங்களில் மட்டுமே போட வேண்டும்.



◈ ஒரே குடும்பத்தில் ஒரே நட்சத்திரத்தில் இரு குழந்தைகள் இருந்தால் பரிகாரம் செய்ய வேண்டுமா?

அப்படி எதுவும் சாஸ்திரங்களில் கூறப்படவில்லை. இது இயற்கையாக நிகழ்வது. நல்லதாகவே எடுத்துக்கொள்வோமே.

◈ பெரியவர்கள் ஆசி வழங்கும்போது அட்சதை போடுவது ஏன்?



அட்சய, அட்சத என்ற பொருளுக்கு "குறைவில்லாதது" என்று பொருள். மணிமேகலையின் அட்சய பாத்திரம் எடுக்க எடுக்க குறையாதது. அரிசியில் மஞ்சள் பொடியைக் கலந்து அட்சதையாக்கி பெரியவர்கள் நம்மீது போட்டு வாழ்த்துவதால், வாழ்வில் எந்த குறைவும் ஏற்படாது.

◈ சிவன் கோயிலில் முதலில் வணங்க வேண்டியது அம்மனா? சுவாமியா?



வீட்டில் முதல் மரியாதை மனைவிக்கா? கணவருக்கா? சுவாமியைத்தானே முதலில் வழிபட வேண்டும். எனினும் மதுரையில் மீனாட்சிக்குத்தான் முதல் பூஜை. பிறகுதான் சுந்தரேஸ்வரருக்கு. சுவாமி அங்குமட்டும் விட்டு கொடுத்திருக்கிறார்.

◈ புத்திர தோஷம் நீங்க காசி புண்ணிய க்ஷேத்திரத்தில் மூன்று நாட்கள்.

புத்திர தொஷம் நீங்க ஒருமுறை காசி க்ஷேத்திரம் சென்று, கணவரும் மனைவியும் மூன்று நாட்கள் அங்கு தங்கி, பரமபவித்திரமான கங்கையில் நீராடி, கங்கா தீர்த்தத்தினால் காசி ஸ்ரீ விஸ்வநாதப் பெருமானுக்கு வில்வம் சேர்த்து அபிசேகம் செய்துவிட்டு வந்தால் தோஷம் நீங்கி புத்திர பாக்கியம் எற்படும். இத்தகைய தோஷத்திற்கு இது தகுந்த பரிகாரமாகும்.



ஏழ்மையை விரட்டும் பிரதோஷம் விரதம்

சிவனை வழிபட ஏற்ற காலம் சாயரட்சை. அதிலும் சிறந்தது சோமவாரம். அதனினும் சிறந்த மாதம் சிவராத்திரி. அதனினும் சிறந்தது பிரதோஷம். பிரதோஷ தரிசனம் செய்பவர்கள் எல்லா தேவர்களையும் தரிசித்த புண்ணியத்தை பெறுகிறார்கள். ஏழ்மை ஒழியவும், நோய்தீரவும், கெட்ட நோய்களின் துயர் மடியவும் பிரதோஷ வழிபாடு சிறந்ததாகும்.

பிரதோஷ பூஜையின்போது அபிஷேகப் பொருட்களால் விளையும் பலன்கள் :

1. **பால்** – நோய் தீரும் நீண்ட ஆயுள் கிடைக்கும்.
2. **தயிர்** – பல வளமும் உண்டாக்கும்.
3. **தேன்** – இனிய சாரீரம் கிட்டும்.
4. **பழங்கள்** – விளைச்சல் பெருகும்.
5. **பஞ்சாமிர்தம்** – செல்வம் பெருகும்.
6. **நெய்** – முக்தி பேறு கிட்டும்.
7. **இளநீர்** – நல்ல மக்கட் பேறு கிட்டும்.
8. **சர்க்கரை** – எதிர்ப்புகள் மறையும்.
9. **எண்ணெய்** – சுகவாழ்வு
10. **சந்தனம்** – சிறப்பான சக்திகள் பெறலாம்.
11. **மலர்கள்** – தெய்வ தரிசனம் கிட்டும்.



பிரதோஷ வழிபாடு பலன்

- ஞாயிறு பிரதோஷம் – சுப மங்களத்தை தரும்.
- திங்கள் சோம பிரதோஷம் – நல் எண்ணம், நல் அருள் தரும்.
- செவ்வாய் பிரதோஷம் – பஞ்சம், வறுமை, பட்டினி அகலும்.

- புதன் பிரதோஷம்- நல்ல புத்திரபாக்கியம் தரும்.
- வியாழன் பிரதோஷம்- திருமணத்தடை விலகி மாங்கல்ய பலன் கிட்டும்.
- வெள்ளி பிரதோஷம் - எதிரிகள் எதிர்ப்பு விலகும்.
- சனி பிரதோஷம் - அனைத்து துன்பமும் விலகும்.

தினசரி கோவிலுக்கு சென்று வழிபட்டால் பஞ்சமா பாவங்கள் விலகும் ஒரு சனிப்பிரதோஷ வழிபாடு 108 சிவ பூஜை செய்த பலன் உண்டாகும்.

செய்யக்கூடாத காரியங்கள்

- அக்னியை வாயால் ஊதி அணைக்கக் கூடாது.
- உரல், அம்மி, உலக்கை, வாயிற்படி, முறம் ஆகியவற்றில் உட்காரக்கூடாது.
- சாதம், உப்பு, நெய் போன்றவற்றை கையால் பரிமாறக் கூடாது.
- சுப காரியங்களுக்கு ஒரு கோடு கோலம் போடக்கூடாது.
- அசுப காரியங்களுக்கு இரண்டு கோடு கோலங்கள் போடக்கூடாது.
- கோவில்களில் பலி பீடம், கொடிமரம் ஆகியவற்றிற்கு அருகில் தவிர, பிற இடங்களில் விழுந்து வணங்ககூடாது.
- உபவாச தினத்தில் தாம்பூலம் தரித்தல், பகல் உறக்கம், சண்டையிடுதல் ஆகியவை கூடாது.
- அமாவாசை, ஞாயிற்றுக்கிழமை, பிறப்பு இறப்பு தீட்டு ஆகிய காலங்களில் வெந்நீரில் குளிக்கக் கூடாது.
- புண்ணியத் தீர்த்தங்களில் முதலில் கையால் நீரை தொட்டு தலையில் வைத்த பின்னர் தான் காலை நனைக்க வேண்டும். மேலும் ஆடையின்றி குளிக்கக்கூடாது.
- கோபமாக இருக்கும் போது, தூக்க கலக்கத்தில் இருக்கும் பொழுது, கவலையில் ஆழ்ந்திருக்கும் பொழுது, ஏற்கனவே சாப்பிட்ட உணவு சரியாக செரிமானம் ஆகாத நிலை ஆகிய நேரங்களில் உணவு உண்ணக்கூடாது.

உங்களுக்கு தெரியுமா?

அபிஷேக நன்மைகள்

இறைவனுக்கு அபிஷேகம் செய்வதன் மூலம் பலவித நன்மைகள் ஏற்படுகின்றன. எந்தெந்த பொருட்களால் அபிஷேகம் செய்தால் என்னென்ன நன்மைகள் கிடைக்கும் என்பதை பார்க்கலாம்.

- சுத்தமான தண்ணீரால் அபிஷேகம் செய்தால் நினைக்கின்ற காரியங்கள் நிறைவேறும்.
- நல்லெண்ணைகொண்டு அபிஷேகம் செய்தால், வாழ்க்கை சுகமாகவும், சுவையாகவும் இருக்கும்.
- பஞ்ச கவ்யத்தால் அபிஷேகம் செய்வது பாவங்களை நிவர்த்தி செய்யும். (பஞ்ச கவ்யம் என்பது பசுவின் பால், தயிர், நெய், கோமியம், சாணம் ஆகிய ஐந்தும் சேர்ந்தது)



- பசும்பாலினால் அபிஷேகம் செய்தால் ஆயுள் அதிகரிக்கும்.
- பசும் தயிரினால் அபிஷேகம் செய்வதனால்புத்திர பாக்கியம் கிடைக்கப்பெறும்.
- இளநீரில் அபிஷேகம் செய்தால் குடும்பம் ஒற்றுமையுடன் இன்பமாக இருக்கும்.

- சந்தனத்தால் அபிஷேகம் செய்வது எட்டுவிதமான செல்வங்கள் கிடைக்க வழிவகுக்கும்.
- நெல்லி முள்ளைப் பொடி செய்து அபிஷேகம் செய்வதால் நோய்கள் தீரும்.
- தேன் அபிஷேகம் செய்தால் வாழ்வு இன்பமாகும்.
- வாழைப்பழத்தால் அபிஷேகம் செய்வது பயிற்களை செழிக்க வைக்கும்.
- அன்னத்தினால் அபிஷேகம் செய்வது ராஜ யோக வாழ்வை கிடைக்கச் செய்யும்.
- இதன்படி எந்த தெய்வங்களுக்கு எந்த நாட்களில் அபிஷேகம் செய்வது என்பது கூறப்பட்டுள்ளது.

விநாயகர்- ஞாயிற்றுக்கிழமை

சிவபெருமான்- திங்கட்கிழமை

முருகர்- செவ்வாய்க்கிழமை

விஷ்ணு- புதன் கிழமை

தட்சிணாமூர்த்தி - வியாழக்கிழமை

அம்பாள்- வெள்ளிக்கிழமை

கண்ணன் மற்றும் அவரது அவதாரங்கள்- சனிக்கிழமை

நவகிரகங்கள்- ஞாயிற்றுக்கிழமை

ருத்ராட்ச பிரசாதம்



குடந்தை நாகேஸ்வரம் கோவிலில் இருந்து 4 கிலோ மீட்டர் தொலைவில் அமைந்துள்ளது தேப்பெருமாநல்லூர் திருக்கோவில். இத்தலத்தில் அருள்பாலிக்கும் வேதாந்தநாயகி சமேத விஸ்வநாதர் சுவாமிக்கு, ருத்ராட்சத்தினால் அர்ச்சனை செய்யப்படுகிறது. அர்ச்சனை செய்த ருத்ராட்சங்களை பக்தர்களுக்கு பிரசாதமாக வழங்குவது வழக்கம். இது போன்று ருத்ராட்சம் பிராசாதமாக வழங்குவது வேறு எங்கும் கிடையாது.

எழுந்தவுடன் என்ன செய்யவேண்டும்.

30 முகூர்த்தங்கள் கொண்டது ஒரு நாள் என்று சொல்வார்கள். பிரம்ம முகூர்த்த நேரம் என்பது அதிகாலை 4 மணி முதல் 5 மணி வரை குறிக்கும். இந்த நேரத்தில் நாம் படுக்கையில் இருந்து எழுந்திருக்க வேண்டும். சூரிய உதயத்திற்கு முன் கண் விழிப்பதே சாலச்சிறந்தது. அங்கனம் எழுவதால் ரத்தக் கொதிப்பு, நரம்புதளர்ச்சி, பித்த நோய்கள் வராது. சிந்தனை தெளிவாகப் பிறக்கும். அதிகாலையில் கண்விழித்தவுடன் கண்டதையெல்லாம் பார்க்கக்கூடாது. உள்ளங்கைகளை பார்ப்பது உத்தமம். மனதை ஒருமுகப்படுத்தி புனிதமான காரியங்கள் செய்தவர்களை தெய்வ உருவங்களை மனதில் பதித்து தியானிப்பது நல்லது. கண் விழித்தவுடன் பசு, பழம், பூ, வலம்புரிச்சங்கு, நிலைக்கண்ணாடி, தெய்வத்திவுருவப்படங்கள், விருட்சங்கள் போன்றவற்றின் முகத்தில் விழித்தால் அன்று முழுவதும் மகிழ்ச்சியான நிலை உருவாகும்.

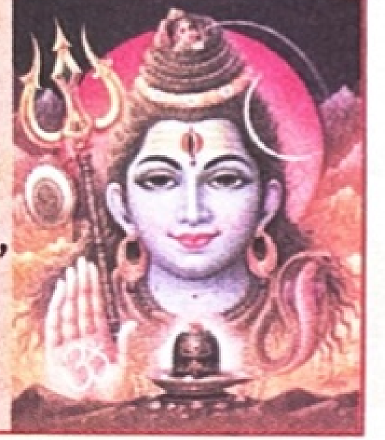
பூஜைஅறையில் கடைபிடிக்கவேண்டியவை!

ஒவ்வொரு இல்லங்களிலும் பெரும்பாலும் பூஜை அறை அமைந்திருக்கும். அவை புனிதமாக இருக்கவேண்டும். பூஜை அறையில் படுப்பதோ, தூங்குவதோ கூடாது. பஞ்சமுக விளக்கேற்றி மாலை நேரத்தில் வழிபடுவது நல்லது. கிழக்கு நோக்கிய பூஜை அறை எல்லோருக்குமே உகந்தது. ஜாதகத்திற்கு ஏற்றவாறு திசைகளையும் அமைத்துக்கொள்ளலாம். பூஜை அறைக் கதவில் மணி கட்டியிருந்தால் திறக்கும் பொழுதெல்லாம் மணி அடிக்கும். மணி அடிக்கும் பொழுதெல்லாம் நைவேத்யம் வைக்கவேண்டும். முக்கிய திருநாட்களில் தெய்வப் படங்களை குடும்ப உறுப்பினர்களே துடைத்து சுத்தப்படுத்தி வைத்து வழிபடுவது நல்லது.



நரம்பு மருத்துவர்

நரம்பு கோளாறுகளை நீக்கும் அரிய மருத்துவராக, இறைவன் விளங்குவதால், படுக்கும்போதும், எழும்போதும் சொல்லவேண்டிய நாமங்கள்!



ஓம் கேசவாய நமக, ஓம் நாராயணாய நமக!
ஓம் மாதவாய நமக! ஓம் த்ரிவ்க்ரமாய நமக.
ஓம் வாம நாய நமக, ஓம் ஸ்ரீ தாராய நமக,
ஓம் கோவிந்தாய நமக, ஓம் வர்ருஷ்கேசாய நமக,
ஓம் விஷ்ணுவே நமக, ஓம் பத்மநாபாய நமக,
ஓம் மது சூதநாய நமக, ஓம் தாமோதராய நமக!

நரம்புக் கோளாறுக்கு பிரார்த்தனை

நரம்பு கோளாறு நீங்க, திருவள்ளூர் மாவட்டம் பேரம்பாக்கம் சோழீஸ்வரர் கோயிலில் பக்தர்கள் பிரார்த்தனை செய்கின்றனர். திங்கள் கிழமைகளில் இந்த வழிபாட்டைச் செய்வது சிறப்பு.

நீராடும் பொழுது நினைவில் கொள்ளவேண்டியது .....

நீராடுவது என்பது ஒரு தனிக்கலை. உடல் தூய்மைக்காக நாம் குளித்தாலும் கூட அதற்கென்று சில விதிமுறைகள் இருக்கின்றன. நீராடும் பொழுது உடுத்திய ஆடையால் உடலைத் துடைக்கக்கூடாது. அமாவாசை, பவுர்ணமி போன்ற நாட்களில் கடலில் நீராடுவது நல்லது என்றாலும், ஞாயிறு செல்வாய்க்கிழமைகளில் வரும் பவுர்ணமி அன்று கடலில் நீராடக்கூடாது. குளிக்கும் பொழுது நாராயணன் நாமத்தைச் சொல்லுவது நல்லது. உணவு உண்ட பின்பும், நள்ளிரவிலும் குளிப்பதைத் தவிர்ப்பது நல்லது. கிரகண காலத்தில் இருமுறை நீராட வேண்டும். கிரகணம் பிடிக்கும் பொழுதும், விட்ட பின்பும் நீராடுவது உகந்தது.



கணபதியின் உருவங்கள்



பால கணபதி	-	இரண்டு கைகளை ஊன்றி தவழும் நிலை.
தருண கணபதி	-	எட்டு கரங்கள் உடையவர்.
பத்தி கணபதி	-	நான்கு கரங்கள் உடையவர்.
வீர கணபதி	-	பதினாறு கரங்கள் உடையவர்.
சக்தி கணபதி	-	பச்சை நிறமுள்ள தேவியுடன் இருப்பவர்.
சித்தி கணபதி	-	அதி தேவதையான ஸ்ரீசம்ருத்தியுடன் நான்கு கரங்கள் கொண்டவர்.
துவிஜ கணபதி	-	நான்கு கரங்களில் புத்தகம், அட்சய மாலை, தண்டம் வைத்திருப்பவர்.
உச்சிஷ்ட கணபதி	-	உபஸ்தத்தில் துதிக்கையை வைத்திருக்கும் காட்சி.
ஹேரம்ப கணபதி	-	ஐந்து யானை முகத்துடன் சிங்க வாகனத்தில் அமர்ந்தவர்.
லட்சுமி கணபதி	-	எட்டு கைகள், இரு தேவிமார்களுடன் கூடியவர்.
விஜய கணபதி	-	மூஞ்சுறு வாகனத்தில் ஆரோகணித்தவர்.

நிருத்தக் கணபதி	-	கூத்தாடும் பிள்ளை வடிவம்.
ஊர்த்துவ கணபதி	-	ஆறு கரங்கள் கொண்டவர்.
மகா கணபதி	-	மடிமீது தேவியுடன் பத்து கைகள் உடையவர்.
ஏகாட்சா கணபதி	-	பத்மாசனத்தில் அமர்ந்திருப்பவர்.
வர கணபதி	-	தேன் நிறைந்த குடம் ஏந்தியவர்
ஏகதந்தக் கணபதி	-	அட்சய மாலை, லட்டு வைத்திருப்பவர்.
சிருஷ்டி கணபதி	-	நான்கு கரங்களுடன் மூஷிக வாகனத்தில் இருப்பவர்.
துண்டி கணபதி	-	அட்சர மாலை, கோடாரி, ரத்ன கலசம் ஏந்தியவர்.
மும்முக கணபதி	-	மூன்று முகம், ஆறு கைகள் உடையவர்.
யோக கணபதி	-	யோக நிலையில் இருப்பவர்.
துவி முக கணபதி	-	இரண்டு முகம் கொண்டவர்.
சங்கட ஹர கணபதி	-	செந்தாமரை பீடத்தில், அவிநயங்கள் புடைசூழ இருப்பவர்

தண்டனை இனி இல்லை

தப்பு செய்தால் இறைவன் தண்டிப்பான் என்ற பயம் எல்லோருக்கும் இருக்கிறது. ஆனால், **பிள்ளையார்பட்டி கற்பகவிநாயகர்** மற்ற தெய்வங்களில் இருந்து மாறுபட்டவர். மலைக்கோயில் குன்றின் மீது, இவரது சிலை வடிக்கப்பட்டுள்ளது. மலையில் செதுக்கப்பட்ட இறைவடிவங்களுக்கு சக்தி அதிகம் இருப்பதாக ஆகம சாஸ்திரம் கூறுகிறது. மற்ற விநாயகர்களுக்கு தும்பிக்கை நீங்கலாக நான்கு கரங்கள் இருக்கும். இவருக்கோ இரண்டு கரங்கள் மட்டுமே உள்ளன. பத்மாசனமாக காலைப் மடித்து யோகநிலையில்



இருந்து, யோகப்பலங்களை வாரி வழங்குகிறார். இவருக்கு தமிழில் பிடிக்காத வார்த்தை 'தண்டனை'. யாரையும் தண்டிக்கும் எண்ணம் இல்லாமல், தவறுகளை மன்னிக்கும் குணம் உள்ளவர் என்பதால் தண்டனைக் கருவிகளான பாசம், அங்குசம் ஏந்தாமல் இருக்கிறார். சடைமுடி, கங்கை, மூன்றுகண், இளம்பிறை ஆகிய சிவ அம்சத்துடன் விளங்கும் இவர், கற்பக மரம்போல் கேட்டவரம் அருள்பவராக விளங்குகிறார். இதனால் 'கற்பக விநாயகர்' என்று பெயர் பெற்றுள்ளார். இவரைத் தரிசித்தால் பிறர் நமக்குச் செய்யும் துரோகத்தைக் கூட மன்னிக்கும் பக்குவகுணம் வளரும்.

வெற்றிக்கு வெற்றிலை

ஆஞ்சநேயருக்கு துளசிமாலை, வெற்றிலை மாலை, வடைமாலை சாத்தி வழிபடுபவர். இதில் வெற்றிலை மாலை சாத்தினால் வெற்றி கிடைக்கும். என்பது ஐதீகம். இதற்கான காரணத்தை அறிந்து கொள்ளுங்கள்.

ராவணனோடு யுத்தம் செய்த ராமர் முடிவில் வெற்றி பெற்றார். இச்செய்தியை அசோகவனத்தில் இருக்கும் சீதைக்கு தெரிவிக்க புறப்பட்டார் ஆஞ்சநேயர். அச்செய்தி சீதையின் காதில் தேனாகப் பாய்ந்தது. மகிழ்சிப் பெருக்கில் அவருக்கு பரிசளிக்க விரும்பினாள். அவர் அமர்ந்திருக்கும் இடத்தில் வெற்றிலைக் கொடி படர்ந்திருப்பதைக் கண்டாள். அந்த கொடியைப் பறித்துவிட்டு, "நல்ல செய்தி சொல்லவந்த உனக்கு இந்த வெற்றிலை மாலையைப் பரிசாக அளிக்கிறேன் ஏற்றுக்கொள்!" என்றாள். அன்னையின் கையால் கிடைத்த மாலையை ஏற்றுகொண்ட ஆஞ்சநேயர் மகிழ்ந்தார். இதன் அடிப்படையில் பக்தர்கள் தங்கள் செயல்களில் வெற்றிபெற வெற்றிலை மாலை சாத்தும் வழக்கம் உள்ளது.



இரட்டை ஜடை கூடாது...

கலியுகத்தில் இப்படியெல்லாம் நடக்குமென்று விஷ்ணு புராணத்தில் பராசர மகரிஷியே சொல்லியிருக்கிறார்.

சிகை அலங்காரம் பற்றி அவர் சொல்வதைக் கேளுங்கள். பெண்கள் நேர்வகிடு எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். கோணல் வகிடு கூடாது. கூந்தலை இரண்டாகப் பிரித்து பின்னல் போடக்கூடாது. இதனால், குடும்பம் இரண்டுபடும் (பல பள்ளிகளில் இரட்டை ஜடை இன்றும் இருக்கின்றது.... சாஸ்திரம் தெரியாததால்) கூந்தலை அவிழ்த்துப் போடக்கூடாது. குளித்ததும், ஈரம் சொட்டச்சொட்ட வீட்டுக்குள் வரக்கூடாது. துடைத்து துவட்டி வர வேண்டும்.

◈ ஆயில்யம், மூலம், பூராடம், கேட்டை இவை தோஷமுள்ள நட்சத்திரங்களா?

ஆயில்யம், மூலம், பூராடம், கேட்டை இவை தோஷமுள்ள நட்சத்திரங்கள் என்ற கருத்து முற்றிலும் தவறானவையாகும்.

பூர்வ ஜென்ம வினைகளின்படி மட்டுமே நட்சத்திரங்களும், கிரகங்களும் பலன்களை அளிக்கின்றன. கர்ம வினையைக் கருத்தில் கொள்ளாமல், குறிப்பிட்ட சில நட்சத்திரங்கள் குறிப்பிட்ட சில கெடுதல்களை உண்டாக்கும் என்ற பொதுவான கருத்து ஆதாரமற்றது

அபிஷேகம் இல்லாத அர்த்தமேரு

மாங்காட்டில் உள்ள அம்மன் கோயில் கருவறையில் உள்ள அர்த்தமேரு மிகப்பெரியது. பல மூலிகைகளால் அந்த அர்த்தமேரு செய்யப்பட்டுள்ளது. என்வே இதற்கு அபிஷேகம் செய்யப் படுவதில்லை. பதினெட்டு முழம் புடவையை அணிவிக்கிறார்கள். அபிஷேகத்திற்கு பதிலாக புனுகு மட்டுமே சாத்துகிறார்கள்.



சிறப்பான கல்வி வழங்கும் 'ஹயக்ரீவர் வழிபாடு'

ஆடி அமாவாசையை போன்று ஆடிப் பௌர்ணமியும் மிகவும் சிறப்பு வாய்ந்தது. மஹாவிஷ்ணுவின் குதிரைமுக அவதாரமான ஹயக்ரீவர் அவதரித்த தினம் ஆடி பௌர்ணமிதான். இவர் சரஸ்வதியின் குரு என்று புராணங்கள் கூறுகின்றன. கல்வியின் தெய்வமாகிய சரஸ்வதியின் குருவாகிய ஹயக்ரீவரை தரிசிப்பதும், அவரது துதிகளைச் சொல்லுவதும் குழந்தைகள் கல்வி, கலைகளில் சிறந்து விளங்க வழிவகுக்கும்.

இந்த ஹயக்ரீவரை குழந்தைகள் காலை, மாலை படிக்கத் தொடங்குமுன்;



"ஓம் வாகீஸ்வராய வித்மஹே
ஹயக்ரீ வாய தீமஹி
தன்னோ ஹம்ஸஹ் ப்ரசோதயாத்
ஞானானந்தமயம் தேவம்
நிர்மல ஸ்படி வித்யானாம்
ஆதாரம் ஸர்வ வித்யானாம்
ஹயக்ரீவ முபாஸ்மஹே"

என்ற மந்திரத்தை உச்சரித்து படிப்பைத் தொடங்கினால் கல்வியில் சிறந்து விளங்குவர் என்பது ஐதீகம்.

சோம்பேரித்தனம் விலக சூரிய திதி

'ஓம் நமோ ஆதித்யாய புத்திர் பலம்
தேஹிமே ஸ்தா'

அதிகாலை குளித்து முடித்து விபூதி பூசி கிழக்கு முகமாக நின்று ஸ்ரீசூரிய பகவானை தியானித்து 9 முறை இம்மந்திரத்தை பாராயணம் செய்தால் வாழ்வில் சுறுசுறுப்பும், உற்சாகமும் பெருகும்.

யாவும் ஒன்றே....

கடவுள், குரு, சுயம் யாவும் ஒன்றுதான். குரு எபோதும் சுயத்தின் ஆழத்தில் உறைகிறார். அவர் தெளிவானவர். கட்டுகள் அற்றவர். அவரைச் சுற்றி உள்ளோர் கட்டுக்குள் இருக்கிறார்கள்.

– பகவான் ரமணர்

சரஸ்வதி கோவில்



தமிழ்நாட்டில் கல்விக்கு அதிபதியான சரஸ்வதிக்கு என்று அமைந்துள்ள தனிக் கோவில் கூத்தனூரில் இருக்கிறது. எந்த கோவிலுக்கு சென்றாலும் சாமிக்கு அர்ச்சனை செய்வதற்காக கோவிலுக்கு வெளியே தேங்காய், பூ, பழம் போன்றவை விற்பனை செய்யப்படும். ஆனால் கூத்தனூர் சரஸ்வதி கோவிலுக்கு வெளியே உள்ள கடைகளில் நோட்டு - புத்தகம், பேனா, பென்சில் போன்ற படிப்பு சம்பந்தப்பட்ட பொருட்கள் தான் விற்பனை செய்யப்படுகிறது.

கோவிலுக்கு வரும் பக்தர்கள் தங்கள் குழந்தைகளுக்கு கல்விக்காக இந்த பேனா, பென்சில், நோட்டு புத்தகங்களை வாங்கி இறைவிக்கு சமர்ப்பிக்கின்றனர். இவ்வாறு அர்ச்சனைக்காக கொடுக்கப்படும் பொருட்கள் மீண்டும் அவர்களுக்கு திருப்பி வழங்கப்படும்.

மேலும் கோவிலில் கரும்பலகை ஒன்று அமைக்கப் பட்டுள்ளது. அந்த பலகையில் மாணவர்களின் பெயர், படிக்கும் வகுப்பு பற்றி விவரங்களை எழுதி வைத்தால் அந்த பெயரில் சரஸ்வதி தேவிக்கு அர்ச்சனை செய்து பிரசாதம் வழங்கப்படுகிறது.

வெற்றியின் ரகசியம் : எதிர்சொல் இன்றி குருவிற்கு கீழ்ப்படிவது, ஒழுக்க நெறியை பிறழாது பின்பற்றுவது - இதுவே வெற்றியின் ரகசியம்

- விவேகானந்தர்.

இறைவன் படியளக்கும் இனிய திருநாள்.....



சகல ஜீவராசிகளுக்கும் இறைவன் படியளக்கும் இனிய திருநாள் மார்கழி மாதம் வருகிறது. அந்த அஷ்டமி திதியன்று இறைவன் அனைத்து ஜீவராசிகளுக்கும் படியளப்பதால் அன்றைய தினம் சிவபெருமானை வழிபட்டால் வாழ்நாள் முழுவதும் உணவு கிடைக்கும். வளர்ச்சியும் கூடும். அன்றைய தினத்தில் அன்னதானம் செய்தால் புண்ணியமும் நமக்கு கிடைக்கும். பொருளாதார வசதியும் பெருகும். 'மாதங்களில் நான் மார்கழி' என்று வர்ணிக்கப்படும் இந்த மார்கழி மாதம் மகத்தான மாதமாகும். காரியங்கள் அனைத்திலும் வெற்றிபெற கடவுள் வழிபாட்டை மேற்கொள்ள வேண்டிய இம்மாதத்தில் படியளக்கும் திருநாளில் வழிபாட்டை மேற்கொண்டால் படிப்படியாக முனேற்றம் வரும்.

கிரகதோஷமா? அரசமரத்தைச் சுற்றுங்க!

தெய்வீகமான மரங்களில் சிறப்பானது அரசு. அரசமர சுள்ளி ஹோமம், யாக குண்டங்களில் நெருப்பிடப் பயன்படுத்தப்படுகிறது. மும்மூர்த்திகளின் வடிவமாகத் திகழும் இதன் அடியில் பிரம்மாவும், நடுவில் விஷ்ணுவும், உச்சியில் சிவனும் இருப்பதாக ஐதீகம். இதற்கு 'அஸ்வத்த விருட்சம்' என்று பெயர். 'அஸ்வத்தம் என்றால் 'குதிரை'. ஒருமுறை அக்னிதேவன், குதிரையாக மாறி அரசமரத்தில் ஒளிந்து கொண்டதால், இதற்கு அஸ்வத்தம் என்று பெயர் ஏற்பட்டது. திங்கள் கிழமையும், அம்மாவாசையும் கூடிவரும் நாளில் பெண்கள் அரசமரத்தை வலம் வந்து வழிபடுவது மாங்கல்ய பாக்கியம், குழந்தைப்பேறு ஆகிய பலன்களைத் தரும். இதன் அடியில் நாகங்களைப் பிரதிஷ்டை செய்யும் வழக்கம் தமிழகத்தில் மரபாக பின்பற்றப்படுகிறது. சர்ப்பதோஷத்தால் (ராகு, கேது கிரக தோஷம்) திருமணம், குழந்தைப்பேறு தடைபடுபவர்கள் அரசமரத்தடி நாகர்களுக்கு பாலாபிஷேகம் செய்தால் தோஷம் நீங்கும்.

புற்றுநோய்க்கு பரிகாரம்...!

புற்று நோய் ஏற்பட்டு அறுவைசிகிச்சை முடிந்து மருந்துகள் சாப்பிட்டு பூரண குணமடைய என்ன பரிகாரம் செய்யவேண்டும்?

தினமும் காலையில் தன்வந்திரி ஸ்லோகமும், மாலையில் மிருத்யுஞ்ஜய ஸ்தோத்திரமும் செய்துவரவும். இதனைச் செய்து வந்தால் நல்ல குணம் தெரியும். நீடித்து இந்த பரிகாரத்தைச் செய்துவர வேண்டும். கைமேல் பலன் கிடைக்கும்!

மாருதி வழிபாடு மகத்துவம் வழங்கும்!

ஒவ்வொரு தெய்வங்களுக்கும் ஒவ்வொரு விதத்தில் வலிமையிருக்கிறது. தெய்வங்களை தரிசித்தால் தித்திக்கும் வாழ்க்கை அமையும். நாம் வழிபடுகின்ற விதத்தில் அவைகள் நமக்கு வரத்தை வழங்குகின்றன. அந்த அடிப்படையில் உடல் ஆரோக்கியத்திற்கும், உடல் வலிமைக்கும் உறுதுணையாக இருப்பது ஒப்பற்ற வாழ்வு தரும் தெய்வம் அனுமன் ஆகும். அந்த ஆஞ்சநேயப் பிரபுவுக்கு சிறப்பு வழிபாடு செய்வது மார்கழி அமாவாசை ஆகும். அன்றைய தினம் 'அனுமன் ஜெயந்தி' என்றும் 'அனுமன் ஜெனனம்' என்றும் சொல்வார்கள்.

அந்த திருநாள் அதாவது அன்றைய தினம் அவருக்கு வடைமாலை சாற்றி வழிபட்டால் தடைகள் அகலும். அர்ச்சனை செய்து வழிபட்டால் பிரச்சனைகள் தீரும். வாழைப்பழ விளக்கேற்றி வழிபட்டு வந்தால் வாரிசுகள் உருவாகும். ஆனந்த வாழ்வுதரும் அனுமனை அவனது ஜெனனநாளில் வழிபட்டால் பெரும், புகழும், பெருமையும் வந்துசேரும்.



சூரிய உதயத்திற்குப் பின் தூங்குவது நல்லதல்ல!

– அறிவுறுத்துகிறார் மாதா அமிர்தானந்தமயி



- அர்ப்பணிப்பு உணர்வுடன், வாழ்வை ஆண்டவனிடம் ஒப்படைத்து விட்டால் கவலைக்கு வழியில்லை. அவருடைய கருணை, எப்போதும் நம்மைக் காத்துக்கொண்டிருக்கும்.
- மிருகங்களைப் போல, கீழான உணர்ச்சிகளை மட்டும் வளர்த்துக் கொண்டு இருந்தால் வாழ்வு வீணாகிவிடும். மனிதப்பிறவி மகத்தானது என்பதை நினைவில் கொள்ள வேண்டும்.
- மனதில் எப்போதும் அமைதி நிறைந்திருக்க வேண்டும். அது ஒன்றே மிகப் பெரிய செல்வம்.
- இன்பமோ, துன்பமோ இரண்டும் புறப் பொருள்களைச் சார்ந்தவை அல்ல. ஒருவரின் மனதைப் பொறுத்தே உண்டாகின்றன.
- வாழ்க்கையில் பிரச்னைகளை யாராலும் தவிர்க்க முடியாது. அவற்றை சவாலாக ஏற்று சமாளித்து, வாழ்க்கையைத் திறம்பட நடத்துவதைத் தான் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும்.
- நூறு நன்மை செய்திருந்தும், ஒரு தீமை செய்துவிட்டால் கூட, உலகம் உங்களைப் புறக்கணித்து விடும். நூறு தீமை செய்தவனும் வாழ்வில் ஒரு நன்மை செய்ய விரும்பினால் கூட கடவுள் அவனை ஏற்றுக் கொள்வார்.
- தேர்வில் வெற்றி பெறவும், வேலை வாய்ப்பு கிடைக்கவும் எவ்வளவோ கஷ்டப்பட தயாராக இருக்கிறோம். ஆனால், அழியாத ஆனந்தம் தரும் கடவுளுக்காக நாம் ஒரு நிமிடம் கூட செலவழிக்கத் தயாராக இல்லை.
- சூரிய உதயத்திற்குப் பின் தூங்கும் வழக்கம் நல்லதல்ல. இன்னும் சொல்லப் போனால், குடும்பத்தினர் அனைவரும் அதிகாலை ஐந்து மணிக்கே எழுந்துவிட பழக வேண்டும்.

- தினமும் இரண்டு மணிநேரம் மவுனமாக இருப்பது நல்லது. முடிந்தால் வாரத்தில் ஒரு நாள் மவுனவிரதம் மேற்கொள்ளுங்கள்.
- நம் உள்ளம் கோயில். அங்கிருக்கும் கடவுளுக்கு நல்ல எண்ணமே அர்ச்சனை மலர்கள். நல்ல சொல்லே பாமாலை. அன்பே அவர் விரும்பும் நைவேத்யம்.
- கோபம் வரும்போது நம் உடலின் ஒவ்வொரு ரோமத் துவாரம் வழியாகவும் ஆற்றல் வெளியேறுகிறது என்ற உண்மையை உணர வேண்டும்.
- பெரியவர்களுக்குக் கீழ்ப்படிந்து நடப்பது நம் பலவீனம் அல்ல. அடக்கமும், பணிவும் மனிதனை நன்னெறிப்படுத்தும் பண்புகள்.
- தேவைகளைக் குறைத்துக் கொண்டு, அதன்மூலம் கிடைக்கும் பணத்தை ஏழைகளுக்கும், தர்மபணிகளுக்கும் செலவிட வேண்டும்.
- பிச்சைக்காரர்களுக்கு பணம் கொடுக்கக் கூடாது. உணவோ, உடையாகவோ கொடுக்கலாம்.
- பெண்கள் சமையலில் ஈடுபடும்போது நல்ல சிந்தனைகளுக்கு மட்டுமே இடம் தர வேண்டும். சமைத்தவர்களின் இயல்பு அதை உண்பவர்களுக்கும் பரவும் என்பதை மறத்தல் கூடாது.
- காலையும், இரவும் மிதமான உணவும், மதியம் தேவையான அளவும் உண்பது நல்லது. வயிறு நிரம்ப சாப்பிடுவது மந்தபுத்தியை உண்டாக்கும்.
- இன்று இல்லாவிட்டாலும், நாளையாவது பணத்தை சம்பாதித்துக் கொள்ளலாம். ஆனால், குணம் என்றும் நிலைத்து நிற்க வேண்டியது. அதில் ஒருபோதும் குறைபாடு நேர்ந்து விடக்கூடாது.

வாழும் காலத்திலேயே

நல்லதை செய்து விடுங்கள்

- திருவள்ளுவர்



தாய் தந்தையைப் பேணல்

தாய், தந்தையைப் பேணிக் காக்க வேண்டும். அவர்கள் குற்றம் செய்தாலும் மூப்பு காரணமாக ஏதாவது குறைகூறிக் கொண்டிருந்தாலும் அதைப் பொருட்படுத்தக்கூடாது. அவர்கள் கூறுவது காதில் விழாதது போல் விட்டுவிட வேண்டும்.

அவர்கள் சொல்வதற்கெல்லாம் எதிர்சொல் கூறி சண்டையிட்டுக்கொண்டிருக்கக்கூடாது. அவர்களைத் துன்பத்தில் ஆழ்த்தி நாமும் துன்பம் அனுபவிக்கக்கூடாது. இதுபோன்ற சமயங்களில் மௌனம் நன்று.

வயதான காலத்தில் தாய் தந்தைக்குத் துணிமணிகள், மருந்து இயன்ற அளவு ஊட்டச்சத்து நிறைந்த உணவு கொடுக்க வேண்டும்.

வயதானால் பலவித உணர்வுகள் உண்டாகும். அவர்கள் செய்கைகளும், பேச்சுகளும் நமக்கு ஆத்திரமூட்டும். ஆனால் நாம் பொறுத்துக்கொள்ளத்தான் வேண்டும். இதை நன்கு உணர்ந்து நமக்கு வயதாகும்பொழுது நாம் நமது பிள்ளைகளிடம் அவர்களுக்குத் துன்பம் தராது நடந்துகொள்ள வேண்டும்.

அவர்கள் இருக்கும்பொழுது சரியாகப் பராமரிக்காமல், இறந்தபின் ஊரார் மெச்சச் செய்யும் ஆடம்பரச் செலவுகள் பலன் கொடுக்காது.

தாய் தந்தை வறுமையில் வாடும்போது அவர்களுக்குத் தேவையானதைச் செய்யாமல், பிறருக்குத் தானம் கொடுத்தால் அது பலனளிக்காது.



சிந்திக்கத் தூண்டும் சிந்தனைத் துளிகள்

குடும்பத்திலும், அலுவலகத்திலும் மனித உறவுகளில் விரிசல்கள் ஏற்படாமல் இருக்கவும் ஏற்பட்ட விரிசல்கள் மேலும் பெரிதாகாமல் இருக்கவும் சில எளிய யோசனைகள்.

1. தானே பெரியவன், தானே சிறந்தவன் என்ற அகந்தையை விடுங்கள்.
2. அர்த்தமில்லாமலும், தேவையில்லாமலும், பின் விளைவுகளை அறியாமலும் பேசிக்கொண்டே இருப்பதை விடுங்கள்.
3. எந்த விஷயத்தையும் பிரச்சனையையும் நாசூக்காக கையாளுங்கள்.
4. விட்டுக்கொடுங்கள்.
5. சில நேரங்களில் சில சில சங்கடங்களைச் சகித்துத்தான் ஆக வேண்டுமென்று உணருங்கள்.
6. நீங்கள் சொன்னதே சரி, செய்ததே சரி என்று கடைசிவரை வாதாடாதீர்கள்.
7. குறுகிய மனப்பான்மையை விட்டொழியுங்கள்.
8. உண்மை எது, பொய் எது என்று விசாரிக்காமல் இங்கே கேட்டதை அங்கே சொல்வதையும் விடுங்கள்.
9. மற்றவர்களைவிட உங்களையே எப்போதும் உயர்த்தி நினைத்து கர்வப்படாதீர்கள்.
10. அளவுக்கு அதிகமாய், தேவைக்கு அதிகமாய் ஆசைப்படாதீர்கள்.

11. எல்லோரிடத்திலும் எல்லா விஷயங்களையும் அவர்களுக்கு சம்பந்தம் உண்டோ இல்லையோ சொல்லிக்கொண்டு இருக்காதீர்கள்.

12. கேள்விப்படுகிற எல்லா விஷயத்தையும் நம்பி விடாதீர்கள்.

13. உங்கள் கருத்துக்களில் உடும்புப் பிடியாய் இல்லாமல் கொஞ்சம் தளர்த்திக் கொள்ளுங்கள்.

14. மற்றவர்கள் கருத்துக்களை, செயல்களை, நடக்கின்ற நிகழ்ச்சிகளைத் தவறாகப் புரிந்து கொள்ளாதீர்கள்.

15. மற்றவர்களுக்கு உரிய மரியாதையைக் காட்டவும், இனிய இதமான சொற்களைப் பயன்படுத்தவும் தவறாதீர்கள்.

16. புன்முறுவல் காட்டவும் சிற்சில அன்புச் சொற்களைச் சொல்லவும்கூட நேரம் இல்லாதது போல நடந்துகொள்ளாதீர்கள்.

17. பேச்சிலும், நடத்தையிலும், திமிர்தனத்தையும், தேவையில்லாத மிடுக்கையும் காட்டுவதைத் தவிர்த்து அடக்கத்தையும் பண்பாட்டையும் காட்டுங்கள்.

18. அவ்வப்போது நேரில் சந்தித்து மனம் திறந்து அளவளாவுங்கள்.

19. பிணக்கு ஏற்படும்போது அடுத்தவர் முதலில் இறங்கி வரவேண்டும் என்று காத்திருக்காமல் நீங்களே பேச்சை துவக்க முன்வாருங்கள்.

20. அற்ப விஷயங்களை பெரிதுபடுத்தாதீர்கள்.

21. தேவையான இடங்களில் நன்றியையும் பாராட்டையும் சொல்ல மறக்காதீர்கள், பாராட்டுக்கு மயங்காத மனிதனே இல்லை. அதுவே உங்களுக்கு வெற்றியாக அமையும்.

சோம்பேறித்தனம் என்பது நரகத்தில் மனிதனைத் தள்ளிவிடும். கடுமையான உழைப்பே மேலானதாகும்.

– தாகூர்.

வீடுகட்ட கவனிக்கவேண்டிய விஷயங்கள்

அஸ்திவாரம் தோண்ட

1. சித்திரை, வைகாசி, ஆனி, பங்குனி, தை மாதங்களில் குரு, சுக்கிரன் ஆகிய இருவரும் அஸ்தமனம் இல்லாமல் இருக்கும்பொழுது செய்யலாம்.



2. மேற்படி நாளில் அசுவினி, ரோகினி, மிருகசீரிடம், புனர்பூசம், மகம், உத்திரம், அஸ்தம், சித்திரை, சுவாதி, அனுசம், கேட்டை, உத்திராடம், திருவோணம், அவிட்டம், சதயம், உத்திரட்டாதி, ரேவதி ஆகிய இவற்றில் ஏதாவது ஒரு நட்சத்திரத்தில்.
3. அமாவாசை, பௌர்ணமி, பிரதமை இல்லாத நாட்களில்.
4. திங்கள், புதன், வியாழன், வெள்ளி ஆகிய கிழமைகளில்.

அவரவர்கள் ஜெனித்த ராசிக்கு வாசற்கால் வைக்கும் திக்குகள் விபரம்

மேஷம் - சிம்மம் ராசிகளில் ஜனித்தோர்க்கு வடக்கு முகமான வீடும், ரிஷபம் - கன்னியா மகரம் ராசிகளில் ஜனித்தோர்க்கு தெற்கு முகவீடும், மிதுனம் - துலாம் - கும்பம் ராசிகளில் ஜனித்தோர்க்கு மேற்கு முக வீடும், கடகம் - விருச்சிகம் - மீனம் ராசிகளில் ஜனித்தோர்க்கு கிழக்கு முக வீடும், கட்டிடங்கள் கட்டி வசிக்க ஐஸ்வர்யம், இராஜயோகம், புத்திரர் குடும்ப விருத்தி, நோயற்ற வாழ்வு உண்டாகும், அல்லது மாறியிருக்கில்கடனும் பல ரோகவாதைகளும் உண்டாகும்.

வீடு கட்ட தொடங்க

ஆனி, புரட்டாசி, மார்கழி, பங்குனி ஆகிய மாதங்களில் வீடுகட்ட ஆரம்பிக்கக்கூடாது.

சப்த கன்னியரை எப்போது எப்படி வழிபட வேண்டும்?



'சப்த கன்யா : ஸ்மரேத் நித்யம்' என்று கூறப் பட்டுள்ளது. எனவே, தினமும் வழிபடலாம். ஏழு தீபம் ஏற்றி வைத்து மல்லிகை மலர்சாத்தி மாதுளம் பழம் நைவேத்யம் செய்தால் நினைத்தது நடக்கும்.

விடியற்காலையில் நீர் அருந்துதல்



துளசி, வில்வம், தாமரைப்பூ, அருகம்புல் ஆகிய ஏதாவது ஒன்றினை இரவு நீரில் போட்டு மூடிவைத்து விடியற்காலம் அந்த நீரை அருந்தினால் உடலில் வெப்பம் சம்பந்தமான நோய்கள் தீரும்.

விடியற்காலை படுக்கையை விட்டு எழுந்ததும் நீர் அருந்த வேண்டும். இதனால் உடல் வெப்பம் குறையும். மூத்திரப்பை, மலக்குடல், அடிவயிறு ஆகியவற்றின் வெப்பம் குறையும். மலச்சிக்கல் தீரும். இரவில் ஒரு லிட்டர் தண்ணீர் காயவைத்து, விடியற்காலையில் அருந்த வேண்டும். இரத்த அழுத்தம், சர்க்கரை நோய் குறையும்.

நலந்தரும் மருத்துவக் குறிப்புகள்



ஆரஞ்சுப்பழத்தின் தோலை நன்றாகக் காயவைத்து எடுத்துக்கொண்டு தினமும் இரவில் கொசுவத்திபோல் கொளுத்தி வைத்தால் கொசுக்கள் நம் வீட்டிற்குள் வரா.



தினமும் சாப்பாட்டிற்குப் பின் ஒரு தக்காளிப்பழம் சாப்பிடுவதால் ஜீரண சக்தி உண்டாகும். உண்ட உணவு எளிதில் செரிக்கும். மேலும் வயிற்றில் உண்டாகும் வாய்வுத் தொல்லையும் கட்டுப்படும்.



வெண்டைக்காய் சாப்பிடுவதால் உடற்சூடு கட்டுப்படுத்தப்படுகிறது. வறட்டு இருமலுக்கு மிகவும் சிறந்த மருந்தாகப் பயன்படுகிறது. வெண்டைக்காயில் அதிகளவு இரும்புச்சத்து உள்ளதால் வாரத்தில் இரண்டு அல்லது மூன்று நாட்கள் சாப்பாட்டில் சேர்த்துக்கொள்ளலாம்.



சிறிய வெங்காயம் நான்கு எடுத்து அவற்றின் தோலை உரித்து விட்டு நன்கு மென்று சாப்பிட்டுவிட்டு சூடாக ஒரு டம்ளர் வெந்நீர் குடித்தால் எத்தகைய ஜலதோஷமும் நீங்கும்.



பொன்னாங்கண்ணிக் கீரையைப் பூண்டு போட்டு வேகவைத்து கடைந்து சாப்பாட்டுடன் சாப்பிட்டு வந்தால், மூலநோயால் அவதிப்படுபவர்கள் நோய் நீங்கிக் குணமாவார்கள்.



புதினா இலையினை அரைத்துச் சாறெடுத்து இரவில் படுக்கப் போகுமுன் முகத்தில் தேய்த்து காலையில் குளிர்ந்த நீரில் முகம் கழுவினால் முகம் பளிச்சென்று இருக்கும். வேறு எந்த க்ரீமோ லோஷனோ முகத்திற்குத் தேவையில்லை. பருக்களும் முகத்தில் ஏற்படாது.



நீரில் சிறிதளவு டெட்டாலுடன் சிறிதளவு உப்பையும் கலந்துவிட்டு, பிறகு அத்தண்ணீரால் குழந்தைகளைக் குளிப்பாட்டினால் எந்தவிதமான தோல் வியாதியும் குழந்தைகளை நெருங்காது.



பச்சை வெங்காயத்தை அரிந்து தயிரில் போட்டு இரவு படுக்கப்போகுமுன் சாப்பிட்டால் நிம்மதியான உறக்கம் வரும்.



அன்னாசிப் பழத்தை அடிக்கடி சாப்பிட்டால் உடலில் ஏற்படும் வலிகளும் மற்றும் கைகால்களில் ஏற்படும் மூட்டுவலியும் நீங்கிவிடும்.



இரண்டு வெற்றிலையுடன் இரண்டு கிராம்பு, ஒரு துண்டு சுக்கு வைத்து, பால் தெளித்து நைஸாக அரைத்து, நெற்றியில் பற்றுபோட்டால் கடுமையான தலைவலி நீங்கும்.



சிறிதளவு வெந்தயத்தை ஊறவைத்து, அரைத்து, தலையில் தேய்த்து, நன்றாக ஊறியபின் குளித்தால் முடி உதிர்வது நின்று விடும்.



நெல்லிக்காய் துவர்ப்பு சுவையுள்ளதான படியாலும், வறட்சியை உண்டுபண்ணும் இயல்புடையதாலும் கபத்தைக் குறைக்கிறது. பித்தத்தை குறைக்கிறது. தொண்டைக்கு நன்மை செய்யும். கண்களுக்கு இதமானது. இதயத்திற்கு நலம் செய்யக்கூடியது. எரிச்சலான ஜுரத்தைப் போக்குகிறது.



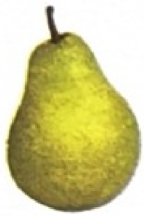
அருகம்புல் சாற்றை அடிக்கடி பருகிவந்தால் நரம்புத் தளர்ச்சி நீங்கும். வயிற்றுப்புன், குடல்புண் குணமாகும்.



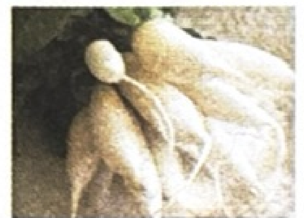
இரவில் தூங்காமல் தொந்தரவு செய்யும் குழந்தைகளுக்கு படுக்கப்போகுமுன் அரை ஸ்பூன் அல்லது ஒரு ஸ்பூன் தேன் கொடுத்தால் நன்றாகத் தூங்குவார்கள்.



தினமும் 50 கிராம் அளவு அல்லது ஒரு துண்டு பப்பாளிப்பழம் சாப்பிட்டால் இரத்தம் சுத்தமாகும். மலம் நன்றாக வெளியேறி வயிறு சுத்தமாகும்.



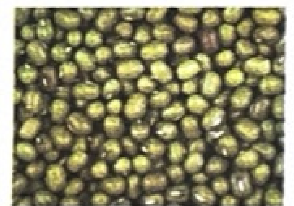
பழவகைகளுள் பேரிக்காயை யாரும் அவ்வளவாக விரும்பிச் சாப்பிடமாட்டார்கள். ஆனால் பேரிக்காய் இதயத்துக்கு மிகவும் நல்லது. ஜீரண சக்தியை உண்டாக்கும். நிறைமாத கர்ப்பிணிகள் பேரிக்காயைச் சாப்பிட்டால் தாய்ப்பால் பெருகும்.



முள்ளங்கியை அடிக்கடி சமையல் செய்தோ, பச்சையாகவோ சாப்பிட்டு வந்தால் வாதநோய் நீங்கும். இருமல், கபம், குடல் சம்பந்தமான நோய்களுக்கும் முள்ளங்கி ஒரு சிறந்த மருந்தாகும்.



இரவு படுக்குமுன் சிறிதளவு விளக்கெண்ணெயைக் கண் இமைகளில் தடவி வந்தால், கண்கள் கவர்ச்சிகரமாக மாறிப் பளீரென்று ஒளியுடன் திகழும். சுருக்கம் விழாமலிருக்கும்.

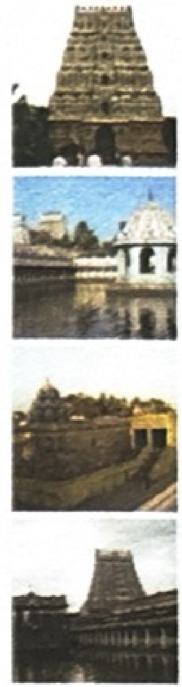


பாசிப்பயற்று மாவுடன் சந்தனத்தைக் கலந்து தினமும் இரவில் முகத்தில் பூசிக்கொண்டு படுத்தால் முகத்தில் உள்ள கரும்புள்ளிகள் மறைந்துவிடும்.

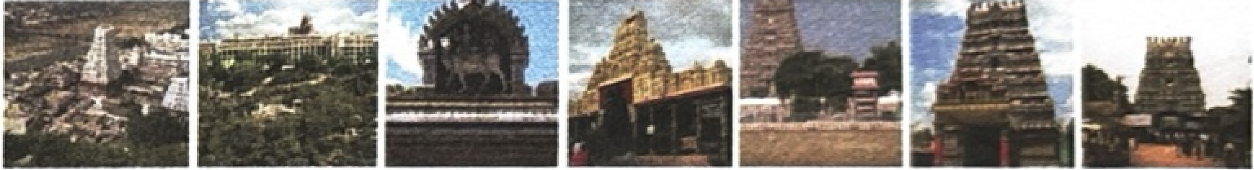


எலுமிச்சைப் பழத்தின் தோலைக் காயவைத்துப் பொடிசெய்து வைத்துக்கொண்டு அவ்வப்போது சிறிதளவு ரசத்தில் சேர்த்தால் ரசம் மணக்கும். மேலும் இப்பொடியுடன் உப்பு, புதினாப்பொடி சேர்த்துப் பல்பொடியாகவும் பயன்படுத்தலாம். ஈறுகளுக்கு மிகவும் நல்லது.

நவக்கிரகத் தலங்கள்



சூரியன்	சூரியனார் கோவில்
சந்திரன்	திங்களூர் (திருவாரூர்)
செவ்வாய்	பழனி, வைத்தீஸ்வரன் கோயில்
புதன்	திருவெண்காடு
வியாழன் (குரு)	ஆலங்குடி, சுவாமிமலை
சுக்கிரன்	ஸ்ரீரங்கம், கஞ்சனூர்
சனி	திருநள்ளாறு
ராகு	திருநாகேஸ்வரம், காளஹஸ்தி
கேது	திருக்கேதீஸ்வரன் பெரும்பள்ளம், காளஹஸ்தி



விளக்கு வகைகள் விவரம்

1. வெங்கல விளக்கு ஏற்றினால் - பாவம் போகும்
2. இரும்பு விளக்கு ஏற்றினால் - அபமிருத்யுவைப் போக்கும்
3. மண் விளக்கு ஏற்றினால் - வீரிய விருத்தியை அளிக்கும்.

குறிப்பு :- மண்ணால் செய்யப்பெற்ற அகல் அல்லது வெள்ளி பஞ்சலோகத்தால் ஆன விளக்குகள் பூஜைக்கு மிகவும் உகந்ததாகும். பஞ்சலோகமாவது 1. தங்கம் 2. வெள்ளி 3. பித்தளை 4. இரும்பு 5. செம்பு ஆகும்





முகங்களுக்கு உரிய பலன்கள்

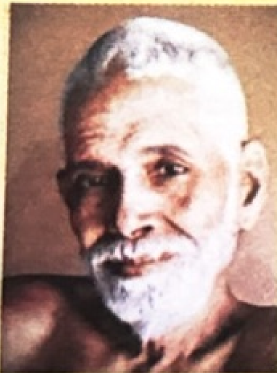


1. விளக்கில் ஒரு முகம் ஏற்றுவதால் - மத்திம பலன்.
2. இரண்டு முகங்கள் - குடும்ப ஒற்றுமை பெருகும்.
3. மூன்று முகங்கள் - புத்திர சுகம் தரும்.
4. நான்கு முகங்கள் - பசு பூமி பாக்கியம் தரும்.
5. ஐந்து முகங்கள் - செல்வத்தைப் பெருக்கும். சகல சௌபாக்கியத்தையும் நல்கும்

விசேட காலங்களில் ஐந்து முகங்களையும் ஏற்ற வேண்டும்

தீபங்களும் திசைகளும்

1. கிழக்கு - கிழக்குத் திசையில் தீபம் ஏற்றி வழிபடத் துன்பம் நீங்கும். கிரகத்தின் பீடை அகலும்.
2. மேற்கு - மேற்குத் திசையில் தீபம் ஏற்றி வழிபடக் கடன் தொல்லை, சனி, பீடை, கிரகதோஷம், பங்காளிப் பகை நீங்கும்.
3. வடக்கு - வடக்குத் திசையில் தீபம் ஏற்றி வழிபடத் திரவியம், செல்வம், மங்களம் உண்டாகும், திருமணத்தடை நீங்கும். சுபகாரியத் தடைகளும், கல்வி சம்பந்தமான தடைகளும் நீங்கும். சர்வ மங்களமும் உண்டாகும்.
4. தெற்கு - தெற்குத் திசையில் தீபம் ஏற்றக்கூடாது.



"அவரவர் பிராரப்தப் பிரகாரம் அதற்கானவன் ஆங்காங்கிருந்து ஆட்டுவிப்பன். என்றும் நடவாதது என் முயற்சிக்கினும் நடவாது. நடப்பது என் தடைசெய்யினும் நில்லாது. இதுவே திண்ணம். ஆதலின் மௌனமாயிருக்கை நன்று". - பகவான் ஸ்ரீ ரமணமகரிஷிகள்

தீபவழிபாடு



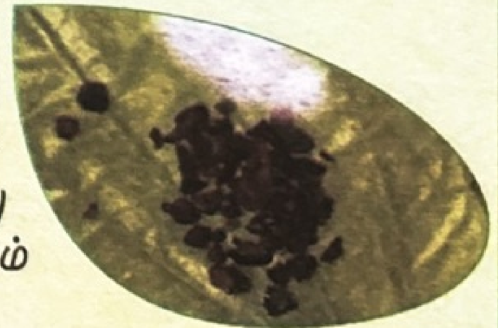
அதிகாலை நாலரை மணி முதல் ஆறு மணிக்குள் தீபம் ஏற்றுவதாலும் மாலை ஐந்தரை மணி முதல் ஆறு மணிக்குள் தீபம் ஏற்றுவதாலும் நிறைவான வளங்களும் பலன்களும் நிச்சயம் கிடைக்கும்.

காலம்

அதிகாலையில் மூன்று மணியிலிருந்து ஐந்து மணிக்குள் இல்லத்தில் தீபம் ஏற்றுவது சர்வமங்கள சுகத்தை உண்டாக்கும். பொழுது சாயும் வேளையில் அதாவது மாலை நேரத்தில் இல்லத்தில் தீபம் ஏற்றி வணங்கும் பெண்மணிக்கு ஆசி கூறத் தேவர்கள் இல்லங்களுக்கு வருகின்றார்கள். ஆதலால் தீபம் வைக்கும் நேரத்தில் பெண்கள் வேறு எங்கும் செல்லக்கூடாது. தீபம் வைக்கும் நேரத்தில் தூங்கக்கூடாது. வேலைவேண்டுவோர், குடும்ப சுகம் வேண்டுவோர், புத்திரர் வேண்டுவோர் சாயங்கால வேளையில் தீபம் ஏற்றி மகாலட்சுமியை வழிபட நற்பயனை அடையலாம்.

வெற்றிலை போடுதல்

வெற்றிலை பின்புறம் சுண்ணாம்பு தடவவேண்டும், காம்பு, நடு நரம்பு, நுனி ஆகியவற்றைக் கிள்ளி எறிய வேண்டும். காலையில் வெற்றிலை போடும்பொழுது பாக்கு அதிகம் சேர்த்தால் மலம் நன்கு கழியும்.



நடுப்பகலில் சுண்ணாம்பு சற்று அதிகம் சேர்த்தால் நல்ல பசி உண்டாகும். மாலையில் சுண்ணாம்பு அதிகம் சேர்த்தால் வாய் துர்நாற்றம் நீங்கும்.

அபிஷேக பலன்கள்

மாம்பழம்	-	வெற்றி
பஞ்சாமிர்தம்	-	செல்வம் குவியும்
இளநீர்	-	நல்ல பதவி
விபூதி	-	நன்மை மயம்
சந்தனம்	-	மேலான பதவி
பன்னீர்	-	சந்தோஷம்
பால்	-	ஆயுள் அபிவிருத்தி
நெய், எண்ணெய்	-	விஷஜுரம் நிவர்த்தி
எலுமிச்சம்பழம்	-	எமபய நிவர்த்தி
வாழைப்பழம்	-	பயிர் விருத்தி
தயிர்	-	புத்திர சந்தானம்
தேன்	-	நல்ல காரியம்
வெல்லம்	-	துக்க நிவர்த்தி
சர்க்கரை	-	சத்துரு ஜெயம்
சாதம்	-	சகல சௌபாக்கியம்
ஜலம்	-	சாந்தி உண்டாகும்.

கோலமிடுதல்



சூரியன் உதிப்பதற்கு முன் வாசல் பெருக்க வேண்டும். வீட்டு வாசலில் அரிசி மாவால் கோலமிடுவதால் கெட்ட ஆவிகள் வீட்டிற்குள் நுழையாது. கோலமிடுவதை வேலையாட்கள் செய்யக்கூடாது. அமாவாசை, திவசம் ஆகிய நாட்களில் வாசலில் கோலம் போடக்கூடாது. கோலமிடும்பொழுது சுபகாரியங்களுக்கு ஒரு கோடு கோலம் போடக்கூடாது. அசுபகாரியங்களுக்கு இரட்டைக்கோடு கோலம் போடக்கூடாது. தெற்குப் பார்த்து நின்று கோலம் போடக்கூடாது. போடும் கோலம் தெற்கில் முடியக்கூடாது.

கும்பகோணம் குளத்தில் 66 கோடி தீர்த்தம்

கும்பகோணம் மாகமக குளத்தை 'மாமாங்கக்குளம்' என்றும் குறிப்பிடுவர். 20 ஏக்கர் பரப்பு கொண்ட இக்குளத்தின் வடகரை, தென்கரைகள் சிறிது உள்வளைந்தும், கிழக்கில் குறுகியும், மேற்கில் அகன்றும் உள்ளன. உயரத்திலிருந்து பார்த்தால் ஒரு குடத்தின் அமைப்பு தெரியும். குளத்தின் வடக்கில் நான்கும், மேற்கு, தெற்கில் மூன்றும், கிழக்கில் இரண்டும், நாற்கோணத்தில் ஒவ்வொன்றுமாக பதினாறு சிவலிங்கங்கள் உள்ளன. இதனை 'சோடிஷ மகாலிங்கம்' என்பர். 'சோடிஷம்' என்றால் பதினாறு. இக்குளத்தை, "பூமருவும் கங்கை முதல் புனிதமாம் பெருந்தீர்த்தம் மாமகந்தான் ஆடுவதற்கு வந்து வழிபடுங்கோயில்" என்று சேக்கிழார் சிறப்பிக்கிறார். பூலோகத்தில் உள்ள 66 கோடி தீர்த்தங்களும் இந்த தீர்த்தத்தில் கலந்திருப்பதாக ஐதீகம்.



நற்பலன் கிடைக்க . . . ?

கோவிலுக்குச் சென்று சுவாமி திரிசனம் செய்த பிறகு, அங்கு சிறிது நேரம் உட்கார வேண்டும் என்று சொல்வார்கள். அதற்கு எதுவும் நியதி இருக்கிறதா?

கோவிலுக்குச் சென்று வழிபட்ட பிறகும், தெய்வத்தைப் பற்றிய சிந்தனை நம் உள்ளத்தில் தொடர வேண்டும். எனவே, கோவிலில் தெய்வத்தை தரிசித்த பிறகு அங்கு அமைதியாக சிறிது நேரம் உட்கார்ந்திருந்தால் தெய்வ சிந்தனை வளர்ந்து கோவிலுக்கு வந்து வணங்கிய நற்பலன் நமக்குக் கிடைக்கும். நாம் தெய்வத்தை வழிபட்டால் மட்டுமே போதாது. தெய்வத்தின் பதிலுக்கும் நாம் செவிசாய்க்க வேண்டும் என்பது இந்த வழக்கத்தின் நோக்கம்.

ஞானிகளின் அறிவுரைகள்



1. வாய்மை, தர்ம சிந்தனை, சுறுசுறுப்பு, பொறாமை கொள்ளாதிருத்தல், பொறுமை, மனவலிமை ஆகிய ஆறு பண்புகளையும் கடைபிடியுங்கள். இவற்றை உடையவனின் மனம் ஆறுதலாக இருக்கும்.
2. பெண் மோகம், சூதாடுதல், வேட்டையாடுதல், குடிப்பழக்கம், கடுமையான சொற்கள் பேசுதல், மிகையான தண்டனை கொடுத்தல், செல்வத்தை தவறான வழிகளில் செலவழித்தல் ஆகிய ஏழும் பெரும் அழிவை விளைவிக்கக் கூடியவை.
3. யார் திமிருடன் நடந்து கொள்வதில்லையோ, பிறரை இகழ்ந்து தன்னை புகழ்ந்து கொள்வதில்லையோ, உணர்ச்சி வசப்பட்டாலும் தன்னை மறந்து பிறரை கடுஞ்சொல் கூறுவதில்லையோ அவர் எல்லோராலும் விரும்பப்படுபவர் ஆகிறார்.
4. பேசுவதைவிட மவுனமாக இருப்பது சிறந்தது. பேச வேண்டிய அவசியம் ஏற்படும் போது உண்மையே பேச வேண்டும். அந்த பேச்சு பிறருக்கு நன்மை செய்வதாக அமைய வேண்டும்.
5. ஏதேனும் கஷ்டம் வந்து விட்டால், தனியே அமர்ந்து கண்ணீர் மல்க கடவுளை வேண்டுங்கள். அவன் உங்கள்

மனத்திலுள்ள அழுக்கையும், துயரத்தையும் போக்குவான், பின்பு, உங்களுக்கு எல்லாவற்றையும் விளங்கும்படி செய்வான்.

6. பணிவின் மூலம் அவமானத்தைத் தவிர்க்கலாம். வலிமையின் மூலம் பெரிய துன்பத்தைப் போக்கிக் கொள்ளலாம். பொறுமையின் மூலம் கோபத்தை, கோபப் படுபவர்களை வெல்லலாம், நன்னடத்தையின் மூலம் எல்லா தீய விளைவுகளையும் நீக்கலாம்.

வலம்புரிச்சங்கை வீட்டில் வைத்து பூஜிப்பதால் நன்மை உண்டா?



மங்கலப் பொருள்களில் சங்கும் ஒன்று. சிவனுக்கு காத்திகை சோமவாரத்தில் சங்காபிஷேகம் நடக்கும். பாஞ்சஜன்யம் என்ற சங்கினை விஷ்ணு தன் கையில் தாங்கியிருப்பார். பூஜையறையில் சங்கு இடம் பெற்றிருப்பது செல்வ வளம் தரும்.

புத்துணர்வு பெற வாரம் ஒருமுறை கோயிலுக்கு செல்வோம்

– வாரியார்.

மாங்கல்யத்தை மஞ்சள் சரட்டில் அணிவது தான் சிறப்பு:

திருமணத்தில் திருமாங்கல்யம் அணிவிக்கும் போது 'மாங்கல்ய தந்துனானே' என்று மந்திரம் சொல்வார்கள். 'தந்து' என்றால் கயிறு. மஞ்சள் கயிறுதான் தந்து. என குறிப்பிடப்படுகிறது. தங்கச் சரட்டிலும் அணியலாம் இருந்தாலும் மஞ்சள் சரடும் உடனிருந்தால் மங்கலம்தானே. கன்னாபின்னாவென்று அழகு சாதனப் பொருட்களை உபயோகிக்கும் இக்காலத்தில் மஞ்சள் கயிறு அணிவதால் அலர்ஜி ஏற்படுகிறது என்றுகூட சில பெண்கள் கூறுவது "இதென்ன கலாசாரச் சீரழிவு" என்ற வருத்தத்தை ஏற்படுத்துகிறது. தரமான மஞ்சள் கயிறுகள் விற்பனைக்கு வரவேண்டும் என்பதையும் அறிவுறுத்துகின்றது.



நாள் செய்வதை நல்லவன் செய்ய மாட்டான் என்கிறார்களே ஏன்?

நமக்கு உதவி செய்யும் நல்லவர் போன்றது நமக்குப் பொருத்தமான நாள், திதி, வாரம் நட்சத்திரம், நேரம் இவை அனைத்தும் நமக்கு அனுகூலமானவையாக இருந்தால் நமக்கு எல்லாமே நல்லதாக அமையும். நமக்கு உதவி செய்யும் நல்லவரால் தீர்க்க முடியாத பிரச்சனைகளும் நேரம் நன்றாக இருந்தால் தீர்ந்துவிடும். இந்த அடிப்படையில்தான் இதை எடுத்துகொள்ள வேண்டும். நல்லவன் செய்ய மாட்டான் என்று கூறப்படுவதை வேறு ஏதாவது தவறாக பொருள்கூறி, கிடைக்கும் உதவியை இழந்து விடாதீர்கள்.



நாகதோஷம் என்பது என்ன? அதைப் போக்க வழி உண்டா?

ஜாதகத்தில் ராகு, கேது இருக்குமிடத்தைப் பொறுத்து நாகதோஷம் என்பது அறியப்படும். ராகு கால வழிபாடு இதனைப் போக்க தக்க பரிகாரம். திருநாகேஸ்வரம், காளஹஸ்தி தளங்களில் பரிகார பூஜைகள் செய்யப்படுகின்றது.



விநாயகருக்கு சங்கடஹர சதுர்த்தி விரதத்தை இடையில் விட்டுவிட்டால் மீண்டும் தொடரலாமா?

காரணமில்லாமல் இடையில் நிறுத்தக்கூடாது. ஒரு குறிக்கோளுக்காக விரதமிருந்து அது நிறைவேறிவிட்டால் நிறுத்திக் கொள்ளலாம். அதை மீண்டும் தொடர்வதில் தவறு ஒன்றுமில்லை.



அரிசி மாவினால் கோலமிட்டால் புண்ணியம் என்கிறார்களே என்?

எறும்பு போன்ற சிறிய உயிர்களுக்கு உணவிடுவது தான் அரிசி மாக்கோலத்தின் தாத்பர்யம். தர்ம சிந்தனையோடு கலையுணர்வையும் சேர்த்து விட்டார்கள் நம் முன்னோர்கள். வாசலிலே மாக்கோலம் இட்டால் லட்சுமி கடாட்சம் உண்டாகும் என்பது ஐதீகம்.

எளிமையான பக்தியே போதும்



கடவுள் மிகவும் எளிமையானவர். பக்தியாலே அவரை அடைய முடியும். பக்தியே முக்திக்கு வழி. பக்தி செய்வது மிகவும் சுலபம். தவம், தியானம் பூஜை போன்றவைகளை விட மனத்தால் பகவானை துதி செய்வது சுலபம். மனதுக்குள்ளேயே பகவானை வழிபடுவது இன்னும் விசேசமானது. எளிமையாக இருந்தே, எளியவனான பகவானிடம் பக்தி வைக்கலாம்.

நம்முடைய பூஜை, பக்தி இவைகளைக் கண்டு மற்றவர்கள் பாராட்ட வேண்டுமென்பதில்லை ; பகவான் பாராட்டினால் போதும். ஒரு கூடைப் பூவைப் போட்டு, ஆயிரம் நாமாவால் பூஜை செய்ய வேண்டுமென்பதில்லை; ஒரே ஒரு புஷ்பம் போட்டு, ஒரே நாமாவைச் சொன்னாலும் அவன் ஏற்றுக்கொள்வான். பூஜை செய்வதற்கான பொருள்களை தேடிக்கொண்டிருக்க வேண்டியதில்லை. மானச பூஜையே போதும்.

வள்ளலார் கூட எளிமையாக வாழந்தவர். எளிய முறையிலேயே ஆண்டவனை பூஜித்தார். அகல் ஜோதியை கடவுளாக வழிபட்டார். தெய்வங்கள் ஜோதி வடிவமாகத்தான் சொல்லப்பட்டுள்ளது. 'ஜோதி ஸ்வரூபன்' என்பர் ஜோதிதான் அவனது வடிவம். கடவுள் மன்னிக்கும் குணம் உடையவர் தவறு செய்துவிட்டு மன்னிப்பு கேட்டால் உடனே மன்னித்து விடுவான்.

கடவுள் என்றாலே, ஒரே பரம்பொருள் தான். பல உருவங்களில் வழிபடுகின்றனர் இந்த உணர்வு வேண்டும். தினமும் கோவிலுக்குப் போய்தான் தெய்வ வழிபாடு செய்ய வேண்டுமா? அல்லது வீட்டிலிருந்தே பக்தி செய்ய முடியாதா? என்று யோசிக்கலாம். கோவிலுக்குப் போனாலும் சரி, வீட்டிலிருந்தாலும் சரி, மனம் மட்டும் தெய்வத்திடம் இருக்க வேண்டும்.

பாரத தேசம்!
பழம் பெரும் தேசம்!



நம் தாய்நாடான இந்தியாவே உலகின் ஆன்மிக தேசமாக விளங்குகிறது. பாரத தேசம் என்றும் இதற்குப் பெயருண்டு. இந்தியில் 'பாரத்' என்று தான் குறிப்பிடுவர். வடமொழியில், 'பா' என்பதற்கு 'ஒளி' என்பது பொருள். இருளைக் கிழ்த்துக் கொண்டு வரும் சூரியனுக்கு ஒளிமிக்கவன் என்னும் பொருளில் 'பாஸ்கரன்' 'பானு' என்ற பெயர்களுண்டு. ரத என்பதற்கு திளைத்திருப்பது அல்லது மூழ்கியிருப்பது என பொருள். நம் நாட்டிலும் பகலும், இரவும் இருக்கத் தானே செய்கிறது என்ற எண்ணம் வரலாம். ஆனால், ஆன்மிக ஞானம் என்னும் ஒளியை இது குறிக்கிறது. உலகெங்கும் அஞ்ஞானம் என்னும் இருள் சூழ்ந்திருக்கும் வேளையில் ஞானமாகிய சூரியன் இங்கு தான் உதித்து. அதை குறிக்கும் விதத்தில் 'பாரததேசம்' என்று முன்னோர்கள் பெயரிட்டனர்.

- உலகம் முழுவதும் ஒரு ஒளியை எதிர்பார்த்து நிற்கிறது. அந்தஒளி பாரதத்திடம் மட்டுமே உள்ளது.
- எழுமின்! விழுமின்! குறிசாரும் வரை நில்லாது உழைமின்.
- உடற்பயிற்சி செய் ,உடலும், மனமும் ஒருங்கிணைந்து செல்ல வேண்டும்.
- துய்மை, பொறுமை, விடாமுயற்சி இவையே வெற்றிக்கு இன்றியமையாத மூன்று.
- துணிவுடைய இளைஞர்களே! நீங்கள் பெரும்பணியைச் செய்யப்பிறந்தவர்கள் என்பதில் நம்பிக்கைகொள்ளுங்கள்.



சுவாமி விவேகானந்தர்

- நமது நாட்டிற்கு இப்போது வேண்டியது இருபாலான சதைகளும், எஃகைப் போன்ற நரம்புகளும் உடைய இளைஞர்களே. காயம்படாதவன்தான் தழும்பைகண்டு நகைப்பான்.
- பாரதமண்தான் என் சொர்க்கம்! பாரத நலனே என்நலன்.
- நான் பாரதீயன்! பாரதமக்கள் ஒவ்வொருவரும் எனது சகோதரன் என்று கர்வத்துடன் சொல்.
- ஒரு நாடு விழித்தெழுவதற்கு ஒரு உயர்ந்த லட்சியம் வேண்டும். துறவும், தொண்டுமே நமது லட்சியங்கள்.
- நாம் எல்லோரும் கடுமையாக உழைப்போம். தூங்குவதற்கு இது நேரமில்லை. எதிர்கால பாரதம் நம் உழைப்பைப் பொறுத்தே அமையப் போகிறது.
- ஹிந்து என்ற பெயர் தாங்கிய மனிதன் அனுபவிக்கும் துயரம் உங்கள் இதயத்தைத் தாக்கி உங்கள் சொந்த மகனே துயரப்படுவதாய் உணர்கிறீர்களா - அப்போது மட்டுமே நீங்கள் ஹிந்து ஆவிர்கள்.

ஸ்ரீ பாதாள விக்னேஸ்வரர் ஆலயம்

புழுதிவாக்கம், மடிப்பாக்கம், சென்னை 600 091



இந்த ஆலயத்தில் எழுந்தருளியுள்ள விநாயகருக்கு எங்கும் இல்லாத சிறப்பு என்ன வெனில் பிள்ளையார் பாதாளத்திலிருந்து வெளித்தோன்றி மக்களின் அச்சம் நீக்கி அருள் புரிய வந்தவர்.

1960 களில் பரங்கிமலை இரயில்வே ஸ்டேஷனில் இருந்து மேடவாக்கம் கூட்ரோடு வரை சாலையின் இருபக்கமும் வயல் வெளிகளும், சவுக்குதோப்பு, வெட்டவெளி மைதானமாக ஆள் நடமாட்டம் போக்குவரத்து வாகனங்களும் அதிகமின்றி இருந்த கால கட்டத்தில் இரவு 7 மணிக்கு மேல் சைக்கிளிலோ, நடந்தோ செல்வோர் பேய், பிசாசு, முனீஸ்வரன் என்ற பயத்தால் நடுங்கினர். அச்சத்தின் காரணமாக 8 மணிக்குமேல் பயணம் செய்வதைத் தவிர்த்தனர். இப்போது அமைந்துள்ள

கோயிலின் பின்புறம் விவசாயத்திற்கு கிணறு தோண்ட வெடி வேட்டு வைக்கும்போது அதள பாதாளத்திலிருந்து ஆபத்பாந்தவனாக உள்ளிலிருந்து வெளிவந்தவர் தான் இந்த பாதாள விநாயகர்.

மக்களின் அச்சத்தை போக்க உத்தியுடன் சந்தர்பத்தை பயன்படுத்தி அப்போதைய புழுதிவாக்கம் பஞ்சாயத்து போர்டு பிரசிடென்டு M.P இராஜகோபால் நாயக்கர் கிராம முக்கியஸ்தர்களான M. பொன்னுசாமி நாயக்கர், ஆலந்தூர் அண்ணாமலை முதலியார், சேஷாஜல நாயுடு போன்றோரின் உதவியோடு வழிப்பயம் நீங்க சிறிய கோவில் கட்டி அப்போதைய தமிழ்நாடு அரசாங்க அமைச்சர் திருமதி. ஜோதி வெங்கடாசலத்தை வைத்து ஆலயத்திறப்பு விழாவும், அதன்பின் பிள்ளையாரின் பரமபக்தரான நடிகர் திலகம் சிவாஜி கணேசன் திருக்கரங்களாள் ஆலயத்தின் மின்விளக்கு நிறுவும் விழாவும் நடத்தப்பட்டது.

பக்தி மார்கத்துடன் அமைக்கப்பட்ட ஆலயம் அன்று முதல் அனைத்து மக்களின் விக்கினங்களை போக்கி இப்பகுதியை செல்வ வளம் கொழிக்க வைக்கும் வினாயகராக பாதாள விக்னேஸ்வரர் விளங்கி வருகிறார்.

சர்ப்பதோஷம் நீக்கும் சாலைக்கிணறு ராமானுஜர்

சர்ப்பதோஷத்தால் திருமணம், செயல்பாடுகளில் தடை ஏற்படுவதாக சொல்வார்கள். இவர்களுக்கு, காஞ்சிபுரம் அருகிலுள்ள சாலைக்கிணற்றில் ராமானுஜர் தடைகளை நீக்கி அருளுவார். இவரை வணங்கினால் தோல் நோய் நீங்கும்.



சர்ப்பதோஷ நிவர்த்தி: காலசர்ப்பதோஷத்தால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள், ராமானுஜரின் அவதார நட்சத்திரமான திருவாதிரை நட்சத்திரத்தன்று இங்கு சிறப்பு பூஜை நடத்துகிறார்கள். புத்திரபாக்கியம் பெற

தீர்த்தத்தில் நீராடி அங்கப்பிரதட்சணம் செய்வர். மனக்குறை தீரவும், உடல் குறைபாடு நீக்கவும் அர்ச்சனை செய்கிறார்கள். ராமானுஜர் சந்நிதியிலிருந்து, காஞ்சிபுரம் வரதராஜர் ராஜகோபுரத்தை தரிசிக்கலாம்.

இருப்பிடம்: காஞ்சிபுரம் பஸ் ஸ்டாண்ட்- செவிலிமேடு சாலையில் உள்ள கூட்டுரோட்டிலிருந்து 1 கி.மீ.,

திறக்கும் நேரம்: தினமும் காலை 9 10, சனிக்கிழமை காலை 6- மதியம் 12, திருவாதிரை நட்சத்திர நாட்களில் காலை 6- மாலை 5.

சொற்கள் தரும் ஆற்றல்



சொற்களில் பல ரகங்கள் இருக்கின்றன. சில சொற்களைக் கேட்டால் மனதில் உற்சாகம் எழும். சிலவற்றைக் கேட்டால் கோபம் வரும். ஒருவரது குறையை சுட்டிக்காட்டும், கீழான சொற்கள் மனிதசக்தியை வற்றச் செய்து விடும். மனிதன் நல்லதை மட்டுமே பேச வேண்டும் என்பதற்காகவே, 'போற்றி' மந்திரம் சொல்லும் வழிபாட்டுமுறையை பெரியவர்கள் ஏற்படுத்தினர்.

விநாயகர், முருகன், சிவன், விஷ்ணு, அம்பிகை என்று எல்லா தெய்வத்திற்கும் 108, 1008 போற்றி மந்திரங்கள் உள்ளன. இதில் 'எல்லாம் வல்ல சிவனே போற்றி! எனக்குத் துணையிருப்பவனே போற்றி' என்பது போன்ற 'பாசிட்டிவான' சொற்கள் இடம்பெற்றிருக்கும். 'எல்லாம் வல்ல சிவனே' என்று உச்சரிக்கும்போது, ஆற்றல் உணர்வு நமக்குள் நுழைகிறது. மனதையும், உடலையும் வலிமை பெறச் செய்கிறது. 'துணையிருப்பவனே' என்னும் போது, நமக்கும் மேலான ஒருவன் நம்முடன் துணையிருக்கும் போது, எதற்கும் பயமோ, கவலையோ கொள்ளமாட்டேன் என்ற எண்ணம் வருகிறது. அதனால், தினமும் 'போற்றி' சொன்னால் வாழ்வில் ஏற்றம் உண்டாகும்.

ஆண்களுக்கு



1. புகை, மது போன்றவை கூடாது.
2. தெரியாத தொழிலைச் செய்யக்கூடாது.
3. நாணயம் கெட்டவர்களை வேலைக்கு வைத்துக் கொள்ளக்கூடாது.
4. வரவுக்கு மேல் செலவு செய்யக்கூடாது.
5. மொத்த வருமானத்தில் 5-ல் ஒரு பங்கைச் சேமிக்க வேண்டும்.
6. பல வருஷங்கள் நம்பிக்கையாய் இருந்தவனைத் திடீரென்று சந்தேகிக்கக்கூடாது.
7. ஒருவனைப் பற்றி சரியாகத் தெரிந்துகொள்ளாமல் புகழ்ந்து பேசி விடக்கூடாது.
8. ஞாபக சக்தி, விரைவில் கிரகிக்கும் தன்மை, உயர்ந்த மனோபாவம், சரள சுபாவம், நேர்மை, மெய்மை, தைரியம், நிதானம், ஆகிய குணங்கள் உங்கள் தொழில் வெற்றியடைய இன்றியமையாதவை.
9. அளவுக்கு மிஞ்சிய தூக்கம், அவசியமில்லாத பயம், ஆத்திரம், சோம்பல், எக்காரியத்தையும் தாமதமாகவே செய்யும் நடைமுறைகள் இவைகள் உங்கள் முன்னேற்றத்தின் தடைகள்.

பெண்கள்



1. பெண்கள் இரவு விளக்கு வைத்தபின் அழக்கூடாது.
2. விளக்கு வைத்தபின் வளையல்களைக் கழற்றக்கூகாது.
3. திருமணமான பெண்கள் கையில் வளையல் அணியாமல் உணவு பரிமாறக்கூடாது.

4. செவ்வாய், வெள்ளிக்கிழமைகளில் வீட்டை விட்டுச்சென்றால் இரவு வீடு திரும்பிவிட வேண்டும். அன்று பிறர் வீடுகளில் தங்கக்கூடாது.
5. கன்னிப்பெண்கள் சாந்துப்பொட்டையே வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். திருமணமான பெண்கள் குங்குமப்பொட்டு வைத்துக்கொள்ள உரிமம் உள்ளவர்கள்.

தரித்திரத்தைத் தவிர்ப்பது எப்படி?



1. ஒருவருக்குப் பணம் கொடுக்க வேண்டுமென்றால் வாசற் படியில் நின்று கொடுக்கக்கூடாது. கொடுப்பரும், வாங்குபவரும் வாசல்படிக்கு உள்ளே இருந்து வாங்க வேண்டும் அல்லது கீழே இறங்கி வழங்க வேண்டும்.
2. வாசற்படி, உரல், ஆட்டுக்கல், அம்மி இவைகளில் உட்காரக்கூடாது.
3. இரவு நேரங்களில் பால், மோர், தண்ணீர் அடுத்தவர்கள் எடுத்துச் செல்ல அனுமதிக்கக் கூடாது.
4. வெற்றிலை, வாழையிலை இவைகளை வாடவிடக்கூடாது.
5. சுண்ணாம்பு வெற்றிலையைப் போடக்கூடாது.
6. குத்துவிளக்கை தானாக அணையவும் விடக்கூடாது. ஊதியும் அணைக்கக்கூடாது.
7. அதிகமான கிழிந்த துணிகளை உடுத்தக்கூடாது.
8. துணிமணிகளை உடுத்திக்கொண்டே தைக்கக்கூடாது.
9. உப்பைத் தரையில் சிந்தக்கூடாது. அரிசியை கழுவும்போது தரையில் சிந்தக்கூடாது.

லக்ஷ்மி கடாக்ஷம் பெருக



1. அதிகாலை 5.00 மணிக்குக் கொல்லைப்புற வாசலைத் திறந்து வைத்து அதன் பின்னரே தலைவாசலைத் திறக்க வேண்டும்.
2. அதிகாலை விழித்தவுடன் பசுவையாவது தன் முகத்தையாவது, தன் வலது உள்ளங்கையையாவத முதலில் பார்த்துவிட வேண்டும்.
3. செவ்வாய் , வெள்ளிக்கு 5 முகம் கொண்ட குத்துவிளக்கு ஏற்றி திருமகளை வழிபட வேண்டும்.
4. வீட்டுக்கு வரும் சுமங்கலிப் பெண்களுக்குக் குங்குமமும் தண்ணீரும் வழங்க வேண்டும். அவர்களுக்கு மஞ்சள் கிழங்கு கொடுப்பதால் பல ஜென்மங்களில் செய்த பாவங்கள் விலகி பாக்கியங்களும், பொருளும் மகிழ்ச்சியும் பெருகும்.
5. ஒவ்வொரு பௌர்ணமி அன்று மாலை சத்தியநாராயணரை துளசி, செண்பக மலர் இவைகளால் அர்ச்சித்து பால், பாயாசம், கல்கண்டு, கனிவகை வைத்து வணங்கிய பின்னரே இரவு உணவு உண்ண வேண்டும்.
6. வைரம், வெள்ளிப் பாத்திரங்கள் லக்ஷ்மி கடாக்ஷம் உள்ளவர்களுக்கே கிடைக்கும். ஒருவர் தனக்குச் சீராக அளிக்கப்பட்ட மேற்கூறியவற்றை தனது ஜீவித காலத்தில் விற்கவோ, தன் பிள்ளைகளுக்கோ கூட அன்பளிப்பாகவும் கொடுக்கக்கூடாது. தன் காலத்திற்குப் பின்னரே அவர்களுக்குச் சேரவேண்டும். முடிந்தால் அவர்களுக்கு புதியதாக வாங்கிக் கொடுக்கலாம்.

குறிப்பு : செவ்வாய், வெள்ளிக்கிழமைகளில் அபிஷேகம் செய்வது நலம்.



யாரை வழிபட வேண்டும்?

1. அறிவும் வீரியமும் அழகுபெற முருகப்பெருமானை வணங்கலாம்.
2. ஆற்றலைப் பெருக்கிக் கொள்ள ஆஞ்சநேயரை வணங்கலாம்.
3. குடும்பச் செழிப்பைப் பெற திருமகளை வணங்கலாம்.
4. யோக சக்தியையும் மந்திர சக்தியையும் பெற அன்னை பராசக்தியை வணங்கலாம்.

கலையை, கல்விச் செல்வத்தைப் பெற சரஸ்வதியை வணங்கலாம்.

யோகத்தில் சிறந்து விளங்க பரமேஸ்வரனை வணங்கலாம்.

வெற்றிமேல் வெற்றி பெற ராஜகணபதியை வணங்கலாம்.

8. குடும்பத்தை வாட்டிடும் இன்னல்கள் தீர மாரியம்மன், காளியம்மன், காமாட்சியம்மன் முதலிய தெய்வங்களை வணங்கலாம்.
9. கற்புத் திறனைப் பெற திருச்செந்தில் ஆண்டவனை வணங்கலாம்.
10. இவ்வுலகத்தில் எல்லாவித இன்பங்களையும் அடைய விரும்புபவர்கள் திருமாலை வழிபடலாம்.

விடியற்காலையில் எழுவதால்பலன் என்ன?

காலை 4.00 மணி முதல் 5.00 மணி வரை பிரம்ம முகூர்த்தம் என்று பெயர். அப்பொழுது விழித்துக்கொண்டு படுக்கையை விட்டு எழுந்திருக்க வேண்டும். முதலில் சிரமமாக இருந்தாலும் இப்படிப் பழகிவிட்டால் பிறகு பழக்கமாகிவிடும். இப்படிச் செய்வது ஆரோக்கியம், நீண்ட ஆயுள் முதலிய பலன்களைக் கொடுக்கும். அந்த நேரத்தில் தேவர்களும் முன்னோர்களும் நம் வீட்டை நோக்கி வருகிறார்கள். அப்போதே விழித்தெழுந்து மனதால் அவர்களை வழிபட்டால் அவர்களை கௌரவித்து வரவேற்பதாகும். அவர்கள் சந்தோஷப்பட்டு நமக்கு நன்மை செய்வார்கள்.

மாங்கல்ய பலம் பெற

துணையும் தொழுந்தெய்வமும் பெற்ற
தாயும் சுருதிகளின்
பணையும் கொழுந்தும் பதிகொண்ட
வேரும் பனிமலர்ப்பூங்
கணையும் கருப்புச் சிலையுமென்
பாசாங் குசமும் கையில்
அணையும் திரிபுர சுந்தரி
யாவது அறிந்தனமே



வாழ்க்கையில் இன்பம் பெற

ஆனந்த மாய் என் அறிவாய் நிறைந்த அமுதமுமாய்
வானந்தமான வடிவுடை யான்மறை நான்கினுக்கும்
தானந்த மான சரணார விந்தம் தவளநிறக்
கானந்தம் ஆடரங் காம்எம்பி ரான்முடிக் கண்ணியதே.

காகத்திற்கு உணவிடுவோம்

உணவு உட்கொள்ளும் ஒவ்வொரு வேளையின் முன்பாகவும் காகத்திற்கு ஒரு பிடி உணவாவது வைக்க வேண்டும். ஏனெனில் நமது முன்னோர்களும், பித்ருக்களுமே காகத்தின் வடிவில் வருவதாக நம்பப்படுகிறது. நம் சந்ததியினர் நலமாக இருக்க வேண்டும் என்று எண்ணுபவர்கள் நம் முன்னோர்கள். அவர்களின் ஆசியால் தான் நாம் இந்த உலகத்தில் அமைதியாகவும், சந்தோஷமாகவும் நிம்மதியாகவும் வாழ முடிகிறது. வாழ முடியும். எனவே அவர்களுக்கு நன்றி தெரிவிக்கும் விதமாகத்தான் தினந்தோறும் காக்கைக்கு உணவிடும் வழக்கம் கடைபிடிக்கப்படுகிறது.



குடும்ப மேன்மை அடைய முக்கிய சுலோகம்



ஓம் கணபதி வருக, ஓங்கார கணபதி வருக
ரீங் கணபதி வருக, ரீங்கார கணபதி வருக
ஸ்ரீங் கணபதி வருக, ஸ்ரீங்கார கணபதி வருக
கங் கணபதி வருக, எங்கள் குடும்பம் மேன்மையுற
வசி வசி வய நம சிவாய நம
கங்க னாய கனாய வருக சுவாஹா.

தினமும் பெண்மணிகள் கூறவேண்டியது



சர்வ மங்கள
மாங்கல்யே சிவே
சர்வார்த்த சாதகே!
சரண்யே
த்ரயம்பகே
தேவி நாராயணீ
நமோஸ்துதே
(இதை மனதிற்குள்
எப்பொழுதும் பெண்கள்
சொல்லிக் கொண்டிருந்தால்
அஷ்டலட்சுமியின் அருள் கிட்டும்)

நல்ல வரன் அமைய



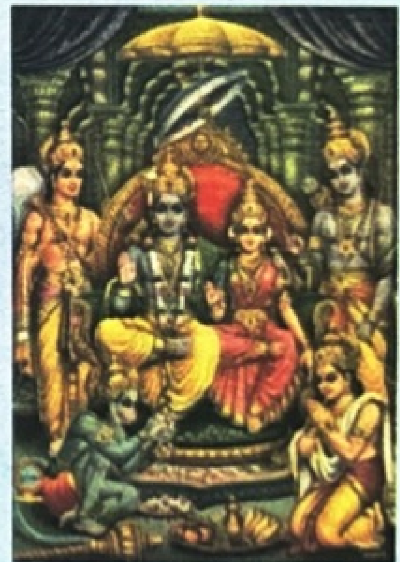
அதிசயமான வடிவுடையாள்
அரவிந்த மெல்லாம் துதிசய
ஆனை சுந்தரவல்லி
துணை இரதிபதிசய
மானது அபசயமாக
முன் பார்த்தவர்தம்
மதிசய மாகவன்றோவாம
பாகத்தை வவ்லியதே

மங்களச் சின்னம்



குங்குமம் பெண்களின் மங்களச் சின்னமாக பாவிக்கப்படுகிறது. பெண்களின் நெற்றியில் முன்வகிட்டில் லட்சுமிதேவி உறைந்திருப்பதாக ஐதீகம். நடுவகிட்டிலும், நெற்றியிலும் பெண்கள் இட்டுக்கொள்ளும் குங்குமமானது, பிற ஆடவர்களின் மனதில் ஆசையை தூண்டுவதை தடுக்கிறது என்று ஆன்மிக ரீதியாக கூறப்படுகிறது. மேலும் ஹிப்னாடிசம், மெஸ்மரிசம் ஏவுதல் போன்றவற்றில் இருந்தும் காப்பாற்றப்படுகிறார்கள். ஏனென்றால் லட்சுமிதேவி அல்லவா கெடுதல்களை சமாளிக்கும் சக்தியாக குங்குமத்திலே வாசம் செய்கின்றாள்.

இறைவனுக்கு உகந்த நட்சத்திரங்கள்



விஷ்ணு	-	திருவோணம்.
ஈசன்	-	திருவாதிரை.
நரசிம்மர்	-	சுவாதி
ராமபிரான்	-	புனர்பூசம்
கிருஷ்ணர்	-	ரோகினி
ஆண்டாள்	-	பூரம்
ஆதிசேஷன்	-	ஆயில்யம்
ஆஞ்சநேயர்	-	மூலம்
ஸ்ரீரங்கம் ரங்கநாதர்	-	ரேவதி

மேற்கண்ட நட்சத்திரங்களில் அவற்றுக்குரிய தெய்வங்களை உள்ளன்போடு பூஜித்தால் நல்ல வாய்ப்புகள் இல்லம் தேடி வரும். நடக்கும் செயல்களும் நல்லதாகவே அமையும்.

வளம் தரும் வடக்கு திசை



வடக்கு திசைக்குண்டானவர் புதன் (குபேர திசை), வடக்கு திசை பார்த்த மனை மற்றும் வீடு உள்ளவர்கள், தலைவாசல் வடக்கு திசை வைத்து வீடு கட்டுபவர்களுக்கு 16 வகையான செல்வங்களும் கிடைக்கும். குபேர திசையை வித்யாகாரகன் என்றும் அழைப்பர். கல்விக்கும், அறிவுக்கும் அதிபதியாக இவர் விளங்குகிறார். பணம், புகழ், அந்தஸ்து போன்றவற்றை கூட்டுவதும், அவற்றை பலமடங்கு பெருகச் செய்வதும் வடக்கு திசையாகும்.

வடக்கு பார்த்து சிவபூஜை செய்தால் அந்த பூஜைக்கான பலன் அன்றைய தினமே கிடைக்கப்பெறும். வீட்டில் உள்ள பீரோவை வடக்கு திசை பார்த்து இருக்கும் படி வைத்தால், அந்த பீரோவில் எப்போதும் ஒரு ஆயிரம் ரூபாயாவது இருந்துகொண்டே இருக்கும். ஏனெனில் அது குபேர திசை. வீட்டில் இறந்தவர்களின் படங்களை வடக்கு பார்த்து வைப்பதை தவிர்ப்பது நல்லது. தலைவாசலுக்கு மேல்பகுதியில் தெய்வங்களின் படங்களை அமைத்து கொள்வது உரிய பலன் கிடைக்கச் செய்யும்.

ஏழுமலையான்



திருப்பதி ஏழுமலையான், தம்மிடம் வரும் பக்தர்களிடம் கேட்கும், கேள்வி என்ன தெரியுமா? அவருடைய வலக்கரம் கீழ்நோக்கி இருக்கும். இதற்கு காரணம், 'கீழே சேவித்துவிட்டு வந்தீர்களா?' என்பதுதான் 'கீழே' என்றால் திருச்சானூர் பத்மாவதி கோயிலைக் குறிக்கும். தாயாரை தரிசித்தபின் தான் பெருமாளை தரிசிக்க செல்ல வேண்டும் . தாயாரை முதலில் சேவிக்கச் செல்லும் போது, அவளே பெருமாளிடம் நமக்கு விரைந்து அருள்புரியும்படி சிபாரிசு செய்வதாக ஐதீகம். இதற்கு இன்னொரு பொருளும் உண்டு. 'முதலில் எனது திருவடியைத் தரிசனம் செய். பின் முகமண்டலத்தைப் பார்.' என்றும் குறிப்பிடுவதாகச் சொல்வார்கள்.

சாணத்தால் வீட்டையும் மு[illegible]மெழுக வேண்டும்?

பிரம்ம முகூர்த்தத்தில் விடியற்காலையில் பசுஞ்சாணத்தால் வீட்டையும், முற்றத்தையும் மெழுக வேண்டும். அந்த நேரத்தில் தவழ்கின்ற காற்றின் குளிர்ச்சியும், பரவுகின்ற சாணத்தின் மணமும் கலந்து ஒரு வித மனக்கிளர்ச்சியைத் தருகின்றன. இளம் வெய்யில் படர்ந்த பிறகு சாணம் தெளிப்பதும் மெழுகுவதும் பயனற்றதாகும்.



கிருமிகளை ஒழிக்கும் திறனும், நச்சுத் தன்மைகளை முறிக்கும் திறனும் சாணத்திற்கு உண்டு. இதனால் தான் ஈயம் பூசப்பட்ட பாத்திரத்தை முதன் முதலாக சாண நீரால் கழுவி நச்சுத் தன்மையை அகற்றித் தூய்மைப்படுத்துகின்றனர்.

சாணத்தின் சாம்பல், சாணத்தை விட மிக்க வீரியமுடையது. அந்த சாம்பலே விபூதி. இது மேலான செல்வம் ஆகும். முற்றத்தைப் பசுஞ்சாணத்தால் மெழுகி வெண்ணிறத்தில பச்சரிசி மாவால் கோலமிட்டு, செம்மண் பட்டைகளால் அலங்காரம் செய்தால் மும்மூர்த்திகளும் ஒருங்கே அருளுகின்றனர்.

பாம்பு உங்களை சுற்றி சுற்றி வருகிறதா?

சிலருக்கு கனவில் பாம்பு சுற்றி சுற்றி வரும். பாம்பு விரட்டுவதுபோல் சிலர் கனவு காண்பர். சிலர் வீட்டிலும், காட்டிலும், வரும் பாதைகளிலும் அடிக்கடி பாம்புகளை பார்க்கிறோமே என்று சொல்வார்கள்.



அவர்களுக்கெல்லாம் ராகு, கேதுக்களின் ஆதிக்கம் வந்து விட்டது என்று அறிந்து கொள்ளுங்கள். அப்படிப்பட்டவர்கள் ராகுசன்னதியில் உளுந்து தானம் கொடுத்தும், கேது சன்னதியில் கொள்ளு தானம் கொடுத்தும் அதற்குரிய வண்ணத்தில் வஸ்திர தானமும் வழங்கி

வழிபாடு செய்து வந்தால் எந்த பாதிப்புகளும் ஏற்படாது. இது ஒரு எளிய பரிகாரம்.

கனவில் ஜோடி நாகம் பின்னி பிணைந்து விளையாடினால் அந்த வீட்டில் வாரிசு உருவாகப்போகிறது. பிள்ளை பிறக்கப்போகிறது என்று பொருள்



கருவுற்ற தாய்மார்கள் கவனிக்க வேண்டியவை

ஒரு பெண் கர்ப்பமாக இருக்கும் காலத்தில் உணவு சாப்பிடுவதில் பத்தியத்தை கடைப்பிடிப்பார்கள். அதே நேரத்தில் உணர்வுப் பூர்வமாகவும் பத்தியமாக இருந்து தீய சொற்களைப் பேசாமலும், தீமை விளைவிக்கும் செயல்களைச் செய்யாமலும், மனதைப் புண்படுத்தும் காட்சிகளைப் பார்க்காமல், பக்தி பூர்வமான செய்திகளைக் கேட்பதோடு, இறை வழிபாட்டையும் முறையாகக் கடைப்பிடித்தால் முத்தான குழந்தை பிறக்கும்.

இரணியனின் மனைவி கர்ப்பமாக இருந்த காலத்தில், நாரதர் மூலமாக திருமாலின் பெருமைகளை கேட்டாள். அது கர்ப்பத்தில் இருந்த சிசுவின் மனதில் பதிவானதால் பிரகலாதன் பிறந்து வளரும் போது, 'ஓம் நமோ நாராயணாய நம' என்று உச்சரித்தான்.

ஆன்மிகமும், அறிவியலும் கலந்து நமக்குப் பல கருத்துகளைப் போதிக்கின்றன புராணங்கள். அந்த அடிப்படையில் கருவுற்ற தாய்மார்கள் நல்ல கருத்துக்களையும், தெய்வீக சிந்தனைகளையும் மனதில் பதித்துக்கொண்டால் வளரும் குழந்தைக்கும் அது பதிவாகி வாரிசாகப் பிறந்ததும் அது புகழ் பெற்று விளங்கும்.

திருஷ்டி சுற்றிப் போடுங்க!



'எனக்கு இதுவரை எந்த நோயும் வந்ததில்லை' என்று சொல்பவர்கள் கூட இருக்கலாம். ஆனால் எனக்கு எந்த திருஷ்டி தோஷ பாதிப்பும் இதுவரை வந்ததில்லை என்று சொல்பவர்கள் யாருமே இருக்க முடியாது.

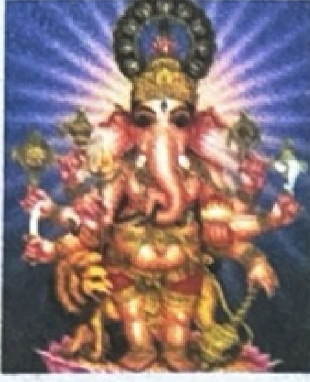
பார்வை படும் இடமெல்லாம் பாதிப்பை ஏற்படுத்தக்கூடிய திருஷ்டி தோஷத்தில் எத்தனை எத்தனையோ வகைகள் உண்டு. முன்னோர்கள் அந்த திருஷ்டி தோஷங்களை முறியடிக்கச் சொல்லி வைத்த பரிகாரங்களை பலரும் மறந்துவிட்ட இந்தக் காலகட்டத்தில், இதோ அந்த எளிய பரிகாரங்கள் தரப்பட்டுள்ளன.

படித்துத் தெரிந்துக்கொள்ளுங்கள். திருஷ்டி பாதிப்புகளில் நீங்கள் வாடி வருந்திடாமல் இருக்க இது நிச்சயம் உதவும்.

முக்கியமான விஷயம், திருஷ்டி சுற்றிப் போடுவது தோஷம் போக மட்டுமே. உரிய தெய்வ வழிபாட்டையும், அவசியமான மருத்துவத்தையும் மறந்துவிடாதீர்கள்.

திருஷ்டி சுற்றிப் போடுங்கள். சந்தோஷம் மலரும்.

திருஷ்டி பரிகாரம்



கோயிலைத் தவிர வேறு எங்கே போய்விட்டு வீடு திரும்பினாலும், வாசலிலேயே காலைக் கழுவிவிட்டு உள்ளே செல்லுங்கள். இது சுத்தத்திற்கு மட்டுமல்ல. தெரியாத்தனமாக நீங்கள் மிதித்து விட்டு வரும் திருஷ்டி தோஷங்கள் உங்கள் வீட்டில் பீடித்து விடாமல் இருக்கவும் தான்.



இரவில் தூக்கமில்லாமல் தீய கனவுகளால் அடிக்கடி பாதிக்கப்படுகிறீர்களா? தினமும் மாலையில் சுவாமி முன் விளக்கேற்றி சாம்பிராணி போடுங்கள். தூங்கப் போவதற்கு முன் தலையணைக்குக் கீழ் அடுப்புக் கரித்துண்டு ஒன்றினை வைத்துக் கொள்ளுங்கள். அல்லது தலைமாட்டிலும் வைத்துக்கொள்ளலாம். நிச்சயம் நிம்மதியான தூக்கம் வரும்.



பிறந்த குழந்தை ஏதோ ஒரு காரணத்தால் அடிக்கடி அழுவது இயற்கைதான். அதுவே உடலை முறுக்கியபடி ஓயாமல் அழுதால், நிச்சயம் திருஷ்டி பாதிப்புதான். ஒரு வெற்றிலையில் சிறிது கற்பூரத்தை வைத்து ஏற்றி குழந்தைக்கும் தாய்க்கும் அதனால் திருஷ்டி சுற்றிவிட்டு, பின் நடுவாசலில் வைத்து விட்டு திரும்பிப் பார்க்காமல் வந்து விடுங்கள். குழந்தை சிரிக்கும்!

ஆறு மாதத்திற்கு உட்பட்ட குழந்தைக்குத் தாயா நீங்கள்? அப்படியானால் குழந்தையின் உடைகள் மற்றும் மாற்று ஆடைகளை வீட்டுக்கு உள்ளேயே உலரவையுங்கள். அல்லது காலை 8 மணிக்கு மேல் துவைத்து மாலை 4 மணிக்குள்

வெளியே காய வைத்து எடுத்து விடுங்கள். அதிகாலையிலும், அந்திவேலையிலும் பாப்பாவுக்கு பட்சிதோஷம் படாமல் இருக்க இது முக்கியம்!





திடீரென்று உணவின் மீது வெறுப்பும், பார்த்தாலே குமட்டலும் ஏற்படுகிறதா? நீங்கள் பெரியவரா சிறியவரா யாரானாலும் சரி. நீங்கள் சாப்பிடும் தட்டில் கொஞ்சம் உணவை எடுத்து அதில் சிறிது மஞ்சளும் குங்குமமும் சேர்த்துப் பிசைந்து நான்கு உருண்டைகளாக உருட்டிக்கொள்ளுங்கள்.

பின்னர் நடுவாசலில் நின்று அந்த உருண்டைகளை ஒவ்வொன்றாக எடுத்து தலையைச் சுற்றி விட்டு திசைக்கு ஒன்றாக எறிந்துவிட்டு காலைக் கழுவியபின் உள்ளே செல்லுங்கள். சாப்பாடு ருசிக்கும்.

வீட்டில் எப்போதும் ஏதாவது பிரச்னை, சண்டை, சச்சரவு என்று மனநிம்மதி கெட்டால் அது பொறாமையால் ஏற்பட்ட திருஷ்டியாக இருக்கலாம். படிகாரக்கட்டி ஒன்றினை குடும்ப உறுப்பினர்கள் எல்லோர் உடலிலும் தலைமுதல் கால்வரை தடவி விட்டு, அந்தப் படிகாரத்தை நெருப்பில் போட்டு விடுங்கள். பூத்ததுபோல் ஆகிவிடும் படிகாரத்தை பிறகு எடுத்து, கால்படாதபடி எறிந்துவிடுங்கள். ஒவ்வொரு சனிக்கிழமையும் இப்படிச் செய்யுங்கள். நிச்சயம் நிம்மதி கிடைக்கும்.

வீட்டின் வாசல் கதவுக்குப் பின்புறம். அதாவது வீட்டிலிருந்து நீங்கள் வெளியே சென்றால் உங்கள் பார்வை படும் இடத்தில் கணபதி யந்திரத்தை மாட்டி வையுங்கள். தினமும் அதற்கு ஊதுவத்தி காட்டுங்கள். எதிர்பாராத



திருஷ்டி தோஷம் பட்டு நீங்கள் செல்லும் காரியம் தடைப்படாமல் இருக்க இது அவசியம். முடிந்தால் புறப்படும் முன் உங்கள் பார்வையை கணபதி யந்திரத்தின் மீது பதித்துவிட்டுச் செல்லுங்கள். நல்லதே நடக்கும்.



குடும்பத்தில் யாரோ ஒருவர் மட்டும் அடிக்கடி உடல்நல பாதிப்புக்கு ஆளாகிறாரா?

ஊர் கண் மட்டுமல்ல உறவுகளின் கண் திருஷ்டி கூட பாதித்து இருக்கலாம். பக்கத்திலுள்ள பெருமாள் கோயிலில், நரசிம்மர் சன்னதியில் தரப்படும் தீர்த்தத்தை அவர் முகத்தில் தெளிக்கச் செய்யுங்கள். தெளித்ததும் முகத்தைத் துடைக்காமல் அப்படியே உலரவிடுங்கள். தோஷம் விலகி சந்தோஷம் கூடும்.

கடல்நீரை ஒருபெரிய பாட்டில் அல்லது கேனில் எடுத்து வாருங்கள் அதை தூய்மையான வெள்ளைத் துணியால் வடிகட்டுங்கள். வடிகட்டிய கடல்நீரை கொஞ்சம் எடுத்து அதில் சிறிது பசுவின் கோமியம் கலந்து செவ்வாய், வெள்ளி, அமாவாசை, பௌர்ணமி தினங்களில் வீட்டின் வெளியேயும், உள்ளேயும் தெளியுங்கள். உங்கள் வீட்டில் திருஷ்டி பாதிப்பால் ஒற்றுமைக் குறைவு ஏற்பட்டிருந்தால், அந்த தோஷம் நிச்சயம் விலகும்.



ஊரார் கண் அல்லது உறவினர் கண்பட்டு உங்கள் வீட்டில் யாருக்காவது உடல்நல பாதிப்பு அடிக்கடி வந்து கொண்டே இருக்கிறதா?



முச்சந்தி மண், உப்பு, காய்ந்த மிளகாய் எல்லாவற்றையும் குடும்ப உறுப்பினர்கள் எல்லோருக்கும் திருஷ்டியாக சுற்றுங்கள். பிறகு கரி, சுண்ணாம்பு புள்ளிகள் குத்திய

வறட்டியில் அவற்றை வைத்து எரியவிடுங்கள் ஆரோக்கியம் சீராகும்.

நீங்கள் வளர்க்கும் ஆடு அல்லது மாடு சோர்ந்து போய் படுத்து விடுவது அடிக்கடி நடக்கிறதா? மாடு அல்லது ஆட்டினை மஞ்சள் நீர் தெளித்து குளிப்பாட்டுங்கள். கொட்டாங்கச்சியில் கறுப்பு, வெள்ளைப்புள்ளிகள் குத்தி கால்நடையின் கழுத்தில் கட்டி விடுங்கள். திருஷ்டி விலகி திடமாகும் கால்நடை.



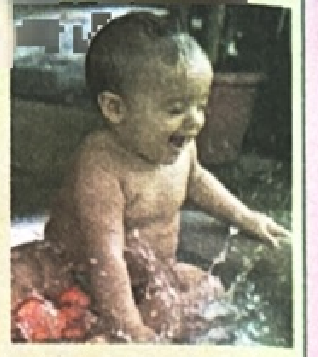
கண்ணாடி டம்ளர் அல்லது ஜாடியில் சுத்தமான நீர் நிரப்பி அதில் எலுமிச்சம்பழம் ஒன்றைப் போடுங்கள். அதனை அப்படியே உங்கள் கடை அல்லது வர்த்தக தலத்தில் எல்லோர் பார்வையும் படும் இடத்தில் வையுங்கள். தினமும் எலுமிச்சம்பழம், நீரை மாற்றுங்கள். எலுமிச்சம்பழங்களை வாரம் ஒருமுறை சனிக்கிழமையில் மொத்தமாக சேர்த்து கால்படாத இடத்தில் எறிந்து விடுங்கள். உங்கள் தொழிலில் லாபம் கனியும்.





வீடு என்றிருந்தால் உறவும் நட்பும் வந்து போகத்தான் செய்வார்கள். அவர்கள் பார்வையால் உங்கள் வீட்டிலுள்ள விலை உயர்ந்த பொருட்கள் பாதிக்கப்படுகின்றதா? வண்ண வண்ணக் கற்கள் அல்லது கோலிகளை கண்ணாடிக் கிண்ணத்தில் நிரப்பி எல்லோரது பார்வையும் பதியும் இடத்தில் வையுங்கள். திருஷ்டி தோஷம் உருண்டு ஓடிவிடும்.

குட்டிப் பாப்பாவுக்கு குளித்துவிடுகிறீர்களா? கடைசி செம்புத் தண்ணீரை ஊற்றும்போது, அதில் கொஞ்சம் மிச்சம் வையுங்கள். அந்த நீரை குழந்தையின் தலைக்கு மேல் வல இடம்,



இடவலமாகச் சுற்றிவிட்டு சிறிதளவு நீரை குழந்தைக்குப் புகட்டுங்கள். மீதியை அதன் காலருகே ஊற்றுங்கள். அதைத்தொட்டு லேசாக குழந்தையின் தலையில் தெளியுங்கள். வந்தவர்கள் போனவர்கள் பார்வையால் பட்ட தோஷம் இதனால் விலகிவிடும்.



சின்னக் குழந்தைகள் பரபரப்பாக சுறுசுறுப்பாக இருந்தால்தான் நல்லது. அடிக்கடி சோர்ந்து படுத்தால் ஏதாவது திருஷ்டி பாதித்திருக்கலாம். கைப்பிடியளவு கல் உப்பை எடுத்து குழந்தைக்கு வலம் இடம், வலமாக திருஷ்டி சுற்றுங்கள். குழந்தைக்குப் பின்புறமாகப் போய், உப்பைத் தண்ணீரில் கரைத்துக் கொட்டிவிடுங்கள். குழந்தை துள்ளி விளையாட ஆரம்பித்து விடும்.



நன்றாகப் படித்துக் கொண்டிருந்த உங்கள் வாரிசுகள் திடீர் என மந்தமாகி விட்டார்களா? உங்களுக்கோ உங்கள் வாழ்க்கைத் துணைவருக்கோ அடிக்கடி மனக்குழப்பம் ஏற்படுகிறதா? இதுவும் ஒருவகை கண்ணேறு பாதிப்புதான். நாயுருவி வேர் அல்லது செடியை வீட்டு வாசலின் வலது ஓரத்தில் கட்டி விடுங்கள். பிறகு பசுமாட்டுக்கு அகத்திக்கீரை வாங்கிக்கொடுங்கள். உங்கள் மகன், மகளின் கல்வி ஆற்றல் பெருகும். உங்கள் மனம் வலிமை பெறும்.



உங்கள் குழந்தைக்கு கண்ணேறு பட்டுவிடுமோ என்று பயப்படுகிறீர்களா? குழந்தையின் கழுத்தில் அல்லது இடுப்பில் கறுப்பு நூலில் கோத்த தாயத்தினைக் கட்டுங்கள். அந்தத் தாயத்திற்குள் உங்கள் குலதெய்வத்திற்கு உரிய திருநீறு அல்லது

குழந்தையின் தொப்புள்கொடி இவற்றுள் ஏதையாவது (உங்கள் வழக்கப்படி) இட்டு மூடிவையுங்கள். தாயத்து பாதுகாப்பு வளையமாக இருக்கும்.



வயிற்றுவலியால் உங்கள் வாரிசு அடிக்கடி துடிக்கிறதா? பசித்து அழுதாலும் பால்குடிக்கவோ சாப்பிடவோ முடியாமல் தவிக்கிறதா? நிச்சயம் கண்ணேறு பட்டிருக்கும். நடுத்தெரு அல்லது முச்சந்தி மண்ணும் கடுகும் கலந்து உங்கள் இடக்கையில் வைத்து மூடிக் கொள்ளுங்கள். அப்படியே குழந்தையின் வயிற்றில் அந்தக் கையால் தடவுங்கள். ஒன்பது முறை தடவியபின் மண், கடுகை தீயில் போடுங்கள். கடுகு வெடிப்பதுபோல், தோஷமும் சிதறிப் போய்விடும்.

உங்கள் இல்லத்தில் யாருக்காவது திருஷ்டிக் கட்டி வந்து அவதிப்படுகிறார்களா? அந்தக் கட்டி மீது மூன்று கண்கள் போன்ற முளைகள் இருப்பதுதான் அதன் அடையாளம். கவலைப்படாதீர்கள். கட்டியைச் சுற்றி கறுப்பு, வெள்ளை (மை, கலந்து) பொருள்களை வையுங்கள். கொஞ்சம் மஞ்சள் நடுவே தடவுங்கள். சிறிது படிகாரத்தை கட்டி மீது தடவிவிட்டு அதனை நெருப்பில் வீசுங்கள். கட்டி உடையும் திருஷ்டியும் அப்படியே உடைந்து விலகும்.

விவசாயத்தில் தொடர்ந்து நஷ்டம், விளைச்சல் பாதிப்பு ஏற்படுகிறதா?



கருங்காலி மரத்தின் பட்டையை சிறிதளவு எடுத்து அரைத்து நீரில் கலந்து வயலில் தெளியுங்கள். திருஷ்டி தோஷப் பாதிப்பு விலகி, பயிர் வளம் செழிக்கும் பசுமை கொழிக்கும்.



பொதுவாக எல்லோர் வீட்டிலும் ஏதாவது ஒருவகையில் திருஷ்டி பட்டுக்கொண்டுதான் இருக்கும். அதை விலக்க எளிய வழி, மீன் வளர்ப்பது. எல்லோர் பார்வையும் படும் இடத்தில் மீன் தொட்டியை வைத்து மீன்களை நீந்த விடுங்கள். அவை வலம்வர வலம்வர திருஷ்டி தோஷம் நீங்கி வீடு வளம் பெறும்.



மேல்மலையனூர் அங்காளபரமேஸ்வரி கோயிலுக்குப் போகிறீர்களா? அங்கிருந்து கொஞ்சம் புற்று மண் வாங்கி வந்து உங்கள் வீட்டு வாசலில் ஒரு துணியில் முடிந்து கட்டி வையுங்கள். தீய சக்திகளால் ஏற்படும் திருஷ்டி தோஷங்கள் எதுவும் உங்கள் வீட்டை அணுகாது.



வீட்டில் அடிக்கடி துக்கச் செய்திகளைக் கேட்கவோ அல்லது சந்திக்கவோ நேரிடுகிறதா? அதற்குக் காரணம் திருஷ்டிதான். வீடு பெருக்கித் தேய்ந்து போன துடைப்பம் ஒன்றை எடுத்து அதனால் குடும்பத்தில் எல்லோருக்கும் திருஷ்டி சுற்றி விட்டு, அந்தக் துடைப்பத்தை வீட்டின் பின்புறம் வைத்து எரித்து விடுங்கள். படிப்படியாக நற்செய்திகள் வர ஆரம்பிக்கும்.



சுபகாரியச் செயல்கள் எவ்வளவு முயற்சித்தும் தடைபட்டுப் போகிறதென்று வருத்தப்படுபவர்கள், கருங்காலி மரத்தின் சிறு கட்டையை அல்லது சமித்தை வாசற்படிக்குமேல் வீட்டின் வெளிப்பக்கம் கட்டித் தொங்க

விடுங்கள். நிச்சயம் திருஷ்டிகள் விலகி, சந்தோஷச் செய்திகள் கதவைத் தட்ட ஆரம்பிக்கும்.



சின்னக் குழந்தைகள் விளையாடப் போகும் இடத்தில் விழுந்து பயந்துபோய் வருவது ஒருவகை திருஷ்டிதான். இரும்புக் கரண்டி ஒன்றை பழுக்கக் காய்ச்சுங்கள். ஒரு டம்ளரில் கொஞ்சம் நீர்மோர் எடுத்து குழந்தைக்கு அருகில் வையுங்கள். சூடான கரண்டியால் குழந்தைக்கு திருஷ்டி சுற்றிவிட்டு, அதனை நீர்மோரில் முக்குங்கள். 'சொர்' என சத்தம் வந்ததா? அந்த மோரை குழந்தைக்குக் கொடுங்கள். குழந்தை குதூகலமாகச் சிரிக்கும்.



பிரசவித்த பெண்ணை வெகு எளிதாக திருஷ்டி தோஷங்கள் பிடித்துவிடக்கூடும். அதை விலக்க எளிய வழி, பிரசவித்த நாள் முதல் 48 நாட்களுக்கு வெளியே போகும் போது இடுப்பில் அல்லது தலையில் வேப்பிலையைக் கொஞ்சம் செருகிக் கொள்வதுதான். வீட்டுக்கு வந்ததும் மறக்காமல் அதை எடுத்து எறிந்து விட வேண்டும். கசப்பான தோஷம் தாக்காமல் இனிப்பாக இருக்கும் வாழ்க்கை.



குழந்தைக்குப் பால் கொடுக்கும்போது பிறர் கண்பட்டால் தாய்க்குப் பால் கட்டிக் கொண்டு வலி ஏற்படும். அந்த தோஷம் விலக, எலுமிச்சம் பழங்களை எடுத்து ஒவ்வொன்றாக திருஷ்டி சுற்றி மொத்தமாக வெளியே எடுத்துப்போய் திசைக்கு ஒன்றாக நசுக்கி விசுங்கள். ஒரு

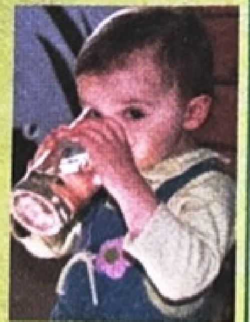
பழத்தின் மேல் கற்பூரம் வைத்து கொளுத்தி வீட்டின் நடுவாசலில் வைத்து நசுக்கி விட்டு, காலை கழுவி விட்டு உள்ளே வாருங்கள். தாயும் சேயும் நலமாக இருப்பார்கள்.



படிகாரம், ஊமத்தை, பச்சைமிளகாய், சங்கு, எருக்குவேர். கற்றாழைச்செடி இவற்றுக்கெல்லாம் திருஷ்டி தோஷங்களை ஈர்க்கும் சக்தி உண்டு. இவற்றுள் எதையாவது கருப்புக்கம்பளிக் கயிற்றால் கட்டி வீட்டு வாசலில் தொங்க விடுங்கள். பெரும்பாலான திருஷ்டிகள் உள்ளே வராமல் வாசலோடு ஓடிவிடும்.



பாட்டுப் பாடுவது, மேடைப் பிரசங்கம் செய்வது, பேசுவது இதெல்லாம் புரிபவரா நீங்கள்? திடீரென்று தொண்டை கட்டிப் போகிறதா? பேச முடியாதபடி தடங்கல்கள் தொடர்ந்து வருகின்றனவா? இது கண்ணேறுதான். உரிய மருத்துவம் செய்து கொள்ளுங்கள். கூடவே திருஷ்டி விலக, அரச மரத்தின் குச்சி (சமித்து) ஒன்றினை வீட்டு வாசலில் கட்டி வையுங்கள். இன்னொரு அரசங்குச்சியை சிறிய துண்டாக எடுத்து உங்கள் சட்டை பையிலோ கைப் பையிலோ வைத்துக் கொண்டு புறப்படுங்கள். ஜெயம் நிச்சயம்.



தண்ணீர் கூட திருஷ்டி தோஷத்தைப் போக்குவது தான். எங்காவது புறப்படும் போது யாராவது கூப்பிட்டு விட்டால் உடனே வீட்டுக்குள் வந்து சிறிது தண்ணீர் குடித்துவிட்டு புறப்படுவது உண்டு தானே. உங்கள் மகன் அல்லது மகள் திருஷ்டி தோஷத்தால் பாதிக்கப்படாமல் இருக்க, வாரம் ஒருமுறை உங்கள் கைகளை கொஞ்சம் உப்பு கலந்த

தண்ணீர்ல நனைத்து விட்டு அந்தக் கைகளால் மகன், மகள் உச்சி முதல் பாதம் வரை தடவுங்கள். பிறகு கைகளை கழுவிவிட்டு மீதி நீரை குழந்தைகளின் தலையைச் சுற்றி விட்டு வீட்டு வாசலின் இடது ஓரம் கொட்டிவிடுங்கள். வாரிசுகள், திருஷ்டியால் வாடாமல் இருப்பார்கள்.

'சுண்ணாம்பும் மஞ்சளுமா சுத்தி எறி கண்ணார்க்கு' என்ற தாலாட்டுப் பாடலைக் கேட்டிருக்கிறீர்களா? பிறப்பு முதல் திருமணம் உள்ளிட்ட சகல சுபகாரியங்களிலும் முக்கியமானது சுண்ணாம்பும், மஞ்சளும் சேர்த்து தண்ணீரில் கரைத்து எடுக்கப்படும் ஆரத்தி. இது கசல தோஷங்களையும் போக்கும்; அலட்சியம் செய்யாதீர்கள். அவசியம் ஆரத்தி சுற்றுங்கள்.



ஒன்பது பச்சைமிளகாய், எலுமிச்சம்பழம் ஒன்று, சிறிய துண்டு படிகாரம் இவற்றை கரும்புக் கம்பளி நூலில் கோத்து வீட்டு வாசல், வியாபாரத் தலம், வாகனம் என்று எங்கு வேண்டுமானாலும் கட்டி விடுங்கள். பிறர் கிண்டல் செய்யலாம். ஆனால் இதில் எல்லாம் அணு அதிர்வுகள் அதிகம் இருப்பதும்; தீய அதிர்வுகளை இவை தடுப்பதும் விஞ்ஞான பூர்வ உண்மை. அதனால் நிச்சயம் திருஷ்டி பாதிப்புகள் அண்டாது. நீங்களே இவற்றைக் கோர்த்துக் கட்டுவது சிறப்பு. கட்டியப்பின் கைகளையும், முகத்தையும் கழுவிக்கொள்வது அவசியம்.

ஒரு முறத்தில் கொஞ்சம் உப்பு கொஞ்சம் காய்ந்த மிளகாய், சிறிது கடுகு, ஒரு கட்டி கற்பூரம் எல்லாவற்றையும் எடுத்துக்கொள்ளுங்கள். எதற்கு தெரியுமா? ஒரு வயது முதல் பன்னிரண்டு வயதுவரையுள்ள குழந்தைகள் ஏதாவது திருஷ்டியில் பாதிக்கப்பட்டு அடிக்கடி



சோர்ந்து போனால், இந்தப் பொருட்களால் அவர்களுக்கு திருஷ்டி சுற்றிவிட்டு அதையெல்லாம் நெருப்பில் போட்டுவிடுங்கள். கடுகு, உப்பும் மிளகாயும் வெடிப்பது போலவே திருஷ்டியும் வெடித்து விலகி விடும்.

உங்கள் வீட்டிக்கு வரும் உறவோ, நட்போ எப்படிப்பட்ட மனநிலையுடன் வருவர்கள் என்பது எப்படித் தெரியும்.



அவர்களின் எண்ணம் உங்களை பாதிக்காமல் இருக்க, வீட்டுக்குள் நுழைபவரின் முகம் தெரியும்படி அதாவது வாயில் படிக்கு நேர் எதிரில் ஒரு கண்ணாடியை மாட்டி வையுங்கள். அதோடு வருபவரை வாசலிலேயே கால் அலம்பி வரச் சொல்லுங்கள். திருஷ்டிக்கு 'நோ என்டரி' ஆகிவிடும்.



பூசணிக்காய்க்கும், தேங்காய், எலுமிச்சைக்கும் திருஷ்டியை ஈர்க்கும் ஆற்றல் அதிகம். இவற்றை திருஷ்டியாக சுற்றுவதும், திருஷ்டிக்காக வைப்பதும் சரிதான். ஆனால் முக்கியமான விஷயம் ஒன்று இதில் இருக்கிறது. திருஷ்டி கழித்தபின் இவை நடுரோட்டில் அல்லது முச்சந்தியில் எறியப்படுவது மிக மிகத்தவறு. பிறர் கால்பட்டு அவர்கள் 'சே...! அய்யோ..! இப்படி ஏதாவது சொல்லி விட்டால், கழிந்த திருஷ்டி உங்களுக்கே வந்து விடும். அதனால் பிறர் கால்படாதபடி போடுங்கள். உடைத்தபின் எடுத்து ஓரமாகப் போடலாம். பிறகு காலையும், கையையும் கழுவிக் கொண்டு, சிறிது நீரை தலையில் தெளித்துக் கொண்டு விட்டால் போதும்.

அகலமான மண்பாத்திரத்தில் நீர்நிரப்பி சிறிய அடுப்புக்கரித் துண்டு ஒன்றை அதனுள் போடுங்கள். மணம் மிக்க கலர்கலரான பூக்களை அதில் மிதக்க விடுங்கள். உங்கள்

அலுவலக வரவேற்பு அறையில் ஒவ்வோர் பார்வையும் படும் இடத்தில் அதை வையுங்கள். பொறாமை திருஷ்டியால் உங்கள் அலுவலகப் பணி பாதிக்கப்படாமல் இருக்கும். முக்கியமான விஷயம் பூக்கள் வாடுவதற்கு முன்பாகவே, தண்ணீரையும் பூக்களையும் மாற்றி விடுங்கள்.





ஆசை ஆசையாக வாங்கிய பொருளை அனுபவிக்க முடியாதபடி அடிக்கடி பழுதாகி விடுகிறதா? இது பார்வை தோஷ பாதிப்பு. ஏழு காய்ந்த மிளகாயை அந்தப் பொருளின் முன்னால் அல்லது பக்கத்தில் வையுங்கள். கொஞ்சம் தண்ணீரில் சிறிது உப்பை சேர்த்து மிளகாய் மீது தெளித்துவிட்டு அந்த மிளகாய் மீது தெளித்துவிட்டு அந்த மிளகாயால் குறிப்பிட்ட பொருளுக்கு திருஷ்டி சுற்றுங்கள். பிறகு அந்த மிளகாயோடு, துடைப்பக்குச்சிகள் ஏழும் சேர்த்து தரையில் போடுங்கள். அந்த நெடியில் திருஷ்டி நொடியில் ஓடிப்போகும்.

பழைய இரும்புப் பொருள் எதையும் கீழேயிருந்து எடுத்துவரக் கூடாது என்பார்கள். ஆனால் விதிவிலக்காக குதிரை லாடத்தை மட்டும் எடுத்து வரலாம். அப்படி எடுத்து வரும் லாடத்தை வீட்டின் நிலைப்படியின் மேல் கட்டிவிடவோ அல்லது ஆணியால் அடித்துப் பதித்தோ வையுங்கள். குடும்பத்தில் ஏற்படும் குழப்ப சூழலை மாற்றி, அமைதி நிலவச் செய்யும் இந்த அமைப்பு. வெளிநாடுகளில் கூட இந்த நம்பிக்கை பலரிடம் இருக்கிறது.





ஹோமம், யாகம் ஏதாவது பக்கத்திலுள்ள கோயிலில் நடத்துகிறார்களா? அதில் அவசியம் கலந்து கொள்ளுங்கள். அங்கே பூஜையில் வைக்கப்படும் கலசத்து நீரை வாங்கி வந்து வீடு முழுதும் தெளியுங்கள்.முடிந்தால் அதன் மீது வைக்கப்பட்ட மட்டைத் தேங்காயை வாங்கி வந்து மஞ்சள் தோய்த்த துணியில் சுற்றி வீட்டு முகப்பில் கட்டுங்கள். உங்கள் வீட்டில் உள்ள தோஷங்கள் தேய்ந்து மறைந்து போகும்.



வீடுகட்டி கிரகப்பிரவேசம் செய்யப்போகிறீர்களா? முதல் நாளே விநாயகர் அல்லது உங்கள் இஷ்ட தெய்வத்தின் படம் ஒன்றை வீட்டின் தலைவாசலுக்கு முன் மாட்டி வையுங்கள். அதாவது நிலைப்படிக்கு மேல் முடிந்தால் படத்தை மாட்டும் கம்பியில் சிறிது கறுப்பு அல்லது சிவப்பு நூலை சுற்றுங்கள். தூபதீபம் காட்டுங்கள். மறுநாள் நீங்கள் வரும்போது உங்களைத் தொடர்ந்து பழைய வீட்டிலிருந்து ஏதாவது தோஷம் வந்தால் அது வாசலிலேயே தடுக்கப்பட்டு விடும்.



விஷப்பூச்சிகள், பாம்புகள், வெறிநாய்கள் இவற்றைப் பார்த்து பயந்து போவதும் ஒருவகை திருஷ்டி தோஷம்தான். உங்கள் வீட்டில் யாராவது அப்படி பயந்திருந்தால், தர்ப்பையை சிறிய கட்டாகக்கட்டி வீட்டு நிலைப்படியின் இடதுபக்கம் கட்டித் தொங்கவிடுங்கள்.

பாதிக்கப்பட்டவர் குணமாகும் வரை, குடிநீரிலும், உப்பிலும் சிறியதுண்டு தர்ப்பையைப் போட்டு வையுங்கள். சீக்கிரமே பயதிருஷ்டி பயந்து ஓடிவிடும்.

சனி, ஞாயிறு, அமாவாசை தினங்கள் திருஷ்டி தோஷம் கழித்திட ஏற்ற தினங்கள். பிற நாட்களிலும் மாலை ஆறு மணிக்கோ, உச்சி வேளையான பகல் பன்னிரண்டு மணிக்கோ செய்யலாம். எவரைப் பற்றியும் சந்தேகமாக நினைத்து திருஷ்டிகழிப்பது கூடாது. தோஷம் பாதித்தவர் கிழக்குப் பார்த்து அமர்ந்தும் கழிப்பர். அவருக்கு எதிரில் நிற்பதும் நல்லது. வலம் இடமாக, இடவலமாக, மேலிருந்து கீழாக மட்டுமே திருஷ்டி கழிக்க வேண்டும். கீழிருந்து மேலாக கூடாது. இது தீவினைக்கு எதிரான வினை மட்டுமே. தீய நோக்கோடு செய்தால் கழிப்பவரையே மீண்டும் தாக்கிவிடும்.



இறை நினைவோடு செய்யுங்கள். நிச்சயம் திருஷ்டி தோஷங்கள் விலகும். சந்தோஷம் மலரும்.

- நன்றி குமுதம் ஸ்பெஷல்

கணபதிக்கு	ஒரு பிரதட்சணம்
சிவனுக்கு	மூன்று பிரதட்சணம்
அம்பாளுக்கு	நான்கு பிரதட்சணம்
விஷ்ணுவுக்கு	நான்கு பிரதட்சணம்



கணபதி ஹோமம்



எல்லா தெய்வங்களிலும் முதன்மை ஸ்தானத்தைப் பெற்றவர் விநாயகர். அதைப்போலவே அனைத்து ஹோமங்களிலும் முதன்மையானது மகாகணபதி ஹோமம் செய்வதால் இல்லமும், வியாபார ஸ்தலங்களும் எந்தவிதமான இடையூறுகளையும் சந்திப்பதில்லை. சகல சௌபாக்கியத்தையும் தரவல்லது இந்த கணபதி ஹோமம்.

கணபதி ஹோமத்தில் உபயோகிக்கும் பொருள்களும் அதன் பலன்களும்

பொருள்	பலன்கள்
ஆயிரம் மோதகங்களால் (கொழுக்கட்டை)	நினைத்த காரியத்தை முடிப்பான்
அருகம்புல்	குபேரபலன் கிட்டும்.
நெய், சமித்து ஹோமம்	எல்லா நன்மைகளும் பெறுவான்
வெல்லம், பொரி	மேதையாவான்
சர்க்கரை	லக்ஷ்மி கடாட்சம் கிட்டும்.
தேன், பால், நெய்	ஸ்வர்ண லாபம் அடைவான்

வெல்ல பாயாசம், வாழைப்பழம், தேங்காய், பால், தேன், நெய் இவைகளைக் கலந்து ஹோமம் செய்தால் ஸர்வ காரியம் சித்தி அடைவான்.



சூரியன்

சீலமாய் வாழச் சீரருள் புரியும்
ஞாலம் புகழும், ஞாயிறே போற்றி,
சூரியா போற்றி, சந்திரா போற்றி
வீரியா, போற்றி, வினைகள் களைவாய்



சந்திரன்

எங்கள் குறைகள் எல்லாம் தீர்க்கும்
திங்களே போற்றி, திருவருள் தருவாய்
சந்திரா போற்றி, சத்குரு போற்றி
சங்கடந் தீர்ப்பாய் சதுரா போற்றி



செவ்வாய்

சிறப்புறு மணியே செவ்வாய்த் தேவே
குறையிலாது அருள்வாய் குணமுடன் வாழ
மங்களச் செவ்வாய் மலரடி போற்றி
அங்காரகனே அவதிகள் நீக்கு.



புதன்

இதமுற வாழ இன்னல்கள் நீக்கு
புத பகவானே பொன்னடி போற்றி
பதந்தந்து ஆள்வாய்
பண்ணொளியானே
உதவியே அருளும் உத்தமா போற்றி



குரு

குணமிகு வியாழக் குரு பகவானே
மணமுடன் வாழ மகிழ்வுடன் அருள்வாய்
பிருகஸ்பதி வியாழப் பரகுரு நேசா
க்ரகதோஷம் இன்றிக் கடாஷத்
தருள்வாய்



சுக்கிரன்

சுக்கிரமூர்த்தி சுபிகள் ஈவாய்
வக்கிரமின்றி வரமிகத் தருவாய்
வெள்ளிச் சுக்கிர வித்தக வேந்தே
அள்ளிக் கொடுப்பாய் அடியார் கருளே

சனி

சங்கடம் தீர்க்கும் சனி பகவானே
மங்களம் பொங்க மனம் வைத்தருள்வாய்
சச்சரவின்றி சாகா நெறியில்
இச்சகம் வாழ இன்னருள் தா தா.





ராகு

அரவெறும் ராகு அய்யனே போற்றி
கரவாது அருள்வாய் கஷ்டங்கள் நீக்கி
ஆகவருள் புரி அனைத்திலும் வெற்றி
ராகுக் கனியே ரம்மியா போற்றி

கேது

கேதுத் தேவே கீர்த்தித் திருவே
பாதம் போற்றி பாபம் தீர்ப்பாய்
வாதம், வம்பு வழக்குகளின்றி
கேதுத் தேவே கேண்மையாய் ரக்ஷி.



மேஷ சங்கராந்தி

'சங்கராந்தி' என்றதும் நமக்கு பொங்கல் பண்டிகையை ஒட்டி மகர சங்கராந்தி மட்டுமே நினைவிற்கு வரும். ஆனால் தமிழ் மாதங்களான சித்திரை முதல் பங்குனி வரையிலுள்ள ஒவ்வொரு மாதம் முதல் தேதியுமே சங்கராந்தி நாள்தான் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது. சித்திரையில் முதல் ராசியான மேஷத்தில் சூரியன் நுழைவார். இந்த நாளே 'மேஷ சங்கராந்தி'. இதனை 'மேஷரவி' என்றும் குறிப்பிடுவர். இதுபோல ஒவ்வொரு தமிழ்மாத துவக்கமும் ரிஷப சங்கராந்தி (ரிஷப ரவி),

மிதுன சங்கராந்தி (முத்துன ரவி) என்று பட்டியல் நீளும். 'ரவி' என்றால் 'சூரியன்'. இருப்பினும் சித்திரையில் வரும் மேஷ சங்கராந்தி தமிழ் புத்தாண்டாகவும் ஐப்பசியில் வரும் துலா ரவி ஐப்பசி விசுவாகவும், தை முதல் நாளான மகர சங்கராந்தி பொங்கலாகவும், கொண்டாடதிற்குரியதாகவும் உள்ளன.

ஆடுதானம் செய்யுங்கள்!

சித்திரை மாதத்திற்கு மேஷம், மது என்ற பெயர்கள் உண்டு. இந்த மாதத்தில் சூரியன் 'ததா' என அழைக்கப்படுகிறார். இவர் கைகளில் சங்கு, சக்கரம் தாங்கியபடி சிவப்பு நிறத்தில் பிரகாசித்து ஆனந்தம் அளிப்பவராக் வீற்றிருக்கிறார். இவருக்கு 'மதுமாலா' என்ற பெயரும் உண்டு. இவருக்கு தேரோட்டியாக 'வர்த்தகியும்', 'கிருதஸ்தலீ ' என்பவர் அப்சரஸ் (தேவலோக மங்கை) ஆகவும், தும்புரு என்பவர் கந்தர்வராகவும், 'காராளி' என்பவர் சித்திரைக்குரிய சக்தி தேவதையாகவும் இருப்பார்கள் சித்திரையில் ஆடு தானம் செய்தால் ஆண்டு முழுவதும் சூரியன் அருளால் ஆரோக்கியம் நிலைக்கும் என்பர். சித்திரையில் படுக்கை ஆசனம் போன்றவற்றை தானம் செய்ய வேண்டும் என பத்ம புராணம் கூறுகிறது.

கிருஷ்ணபட்சம், சுக்லபட்சம் என்றால் என்ன?

'கிருஷ்ண, என்றால் கருப்பு. இது இருளைக் குறிக்கும். 'சுக்ல' என்றால் வெண்மை, ஒளியைக் குறிக்கும், நிலா கொஞ்சம் கொஞ்சமாக வளர்ந்து ஒளிவீசும். பவுர்ணமியன்று முழுநிலவாக பிரகாசிக்கும். இரவில் வெண்மையாக ஒளிவீசும் வளர்பிறை நாட்களுக்கு 'சுக்லபட்சம்' என்று பெயர். 'பட்சம்' என்றால் பதினைந்து நாட்கள் என்று பெயர். பவுர்ணமியின் மறு நாள் தேய்பிறை தொடங்கி இருள் சூழ்ந்து வருவதால் அமாவாசை வரையிலான பதினைந்து நாட்களுக்கு 'கிருஷ்ணபட்சம் என்று பெயர்.



நவக்கிரக ஸ்தோத்திரம்

ஆரோக்யம் ப்ரதாது நோதினகர:
சந்த்ரோ யஸோ நிர்மலம்
பூதிம் பூமிதா ஸுதாம்ஸுதனய:
ப்ரஜ்ஞாம் குருர்கௌரவம்
கான்ய: கோமளவாக்விலாகஸமதுலம்
மந்தோ முதம் ஸர்வதா
ராஹுர் பாஹுபலம் விரோதஸமனம்
கேது: குலஸ்யோன்னதிம்

கருத்து : ஆரோக்கியத்தை சூரியனும், சுத்தமான கீர்த்தியை சந்திரனும், ஐஸ்வர்யத்தை அங்கரகனும், நல்ல புத்தியை புதனும், நல்லமதிப்பை குருபகவானும், பேசும்திறனை சுக்கிரனும், சந்தோஷத்தை சனிபகவானும் , புஜ பலம் மற்றும் சத்ருநிக்ரஹத்தை ராகுவும், குல அபிவிருத்தியை கேதுவும் அருள வேண்டும்.

நவக்கிரகங்களின் பரிபூரண அருளைப் பெற்றுத்தரும் ஸ்லோகம் இது. இந்த ஸ்லோகத்தை ஒன்பது முறைபடித்து நவக்கிரக மூர்த்திகளை வழிபட, ஜாதகத்தில் உள்ள கிரகதோஷ பாதிப்புகள் குறையும். அதேபோன்று குறிப்பிட்ட கிரகங்களால் கிடைக்கவேண்டிய நன்மைகளும் பரிபூரணமாகக்கிடைத்து, நம்வாழ்வு செழிப்படையும்.



கருட மந்திரம்

குங்குமாங்கிதவர்ணாய குந்தேந்து தவளாய ச
விஷ்ணுவாஹந நமஸ்துப்யம் க்ஷேமம் குரு ஸதா மம

கருத்து : விஷ்ணுவைசுமக்கும் கருடாழ்வாரே, குங்குமம் போன்று சிவந்த நிறம் கொண்டவரும், தும்பைப்பூ, போன்று, சந்திரன் போன்று வெண்ணிறம் பெற்றவருமான உமக்குநமஸ்காரம். எப்போதும் எனக்கு க்ஷமத்தைச் செய்வீர்.

வானில் கருடனைத் தரிசிக்கும்போது இந்தஸ்லோகத்தைச் சொல்லி வணங்க, சத்ய பயம் நீங்கும்; சகல நலன்களும் உண்டாகும்.

எமபயம் நீக்கும் ஸ்லோகம்

அதிபீஷண கடுபாஷண யம கிங்கரபடலீ
க்ருததாடன பரிபீடன மரணாகம ஸமயே
உமயாஸஹ மம சேதஸி யம ஸாஸன நிவஸன்
சிவஸங்கர சிவஸங்கர ஹர மே ஹரதுரிதம்

கருத்து : எமதருமனை அடக்கிய இறைவா ! மிகுந்த பயம் கொடுப்பவர்களும், கொடூர சொற்களை உடையவர்களுமான எமதூதர்கள் துன்புறுத்தும் நேரத்தில், சிவ சிவ சங்கரா......

நீங்கள் அம்பாளுடன் சேர்ந்து எங்கள் மனத்தில் குடியிருந்து, எங்களது கஷ்டத்தைப் போக்க வேண்டும்.



நரசிம்மருக்கு மூலிகை மந்திர ஹோமம்



திருநெல்வேலி மாவட்டம் கீழப்பாவூர் லட்சுமி நரசிம்மர் கோயில் 1200 ஆண்டுகளுக்கு முந்தியது. கஷ்யபர், வருணன், சுகோஷன் ஆகியோருக்காக காட்சியாளித்த நரசிம்மர், பதினாறு கரங்களுடன் மேற்கு நோக்கி காட்சியளிக்கிறது.

நரசிம்மரின் நட்சத்திரமான சுவாதியன்று இங்கு 16 வகை மூலிகையால் மந்திர ஹோமம்நடக்கிறது . காரியத்தடை நீங்க அருகம்புல், திருமணம் கூடி வர தேன்கலந்த மல்லிகைப்பூ, பாவ நிவர்த்திக்காக துளசி, பிதுர்தோஷம் அகல எள், குழந்தைபாக்கியம் பெற அரசு சமித்து , கல்விவளர்ச்சிக்காக பச்சைகற்பூரம் , தீர்க்காயுள்பெற சீந்தில், கடன் நிவாரணம்பெற செந்தாமரை, லட்சுமிகடாட்சத்திற்கு வில்வ இலை , எதிரிகள் தொல்லை நீங்கவெண் கடுகு, நவக்கிரக தோஷம் நீங்க நாயுருவி, இரத்த சம்பந்தமான நோய் நீங்க குங்குமப்பூ, வழக்கில் வெற்றிபெற ஜடாமாம்சி, தொழில் வெற்றிக்காக வெட்டிவேர் , விளாமிச்சை வேர், சர்வதோஷ நிவர்த்திக்காக விஷ்ணுகரந்தி ஆகிய மூலிகைகள் இதில்இடம்பெறும்.

விஷ்ணுசூக்த ஹோமம், ஸ்ரீசூக்த ஹோமம் , அபிசேகம், அலங்காரம், நீராஞ்சன வழிபாடு, பானக நைவேத்யம், தீபாராதனையும் நடக்கும். சுவாதி ஹோமம் நடக்கிறது. ஹோமத்தில் பக்தர்கள் பங்கேற்கலாம்.



மருந்தில்லா மருத்துவம்



- மாம்பழச் சாறு, காரட் சாறு இரண்டையும் கலந்து சாப்பிட்டால் தோல்நோய், முகப்பருக்கள் மறையும்.
- மருதாணியை அரைத்து , அதனுடன் கற்பூரம் சேர்த்துக் குழைத்துத் தடவிவந்தால் கால் ஆணி குணமாகும்.
- அரைக்கீரையுடன் பூண்டு, சீரகம் ,பச்சைமிளகாய் சேர்த்து சாப்பிட்டால் வாயுத் தொல்லை நீங்கி விடும்.
- வாரம் ஒருமுறை துளசிநீர் குடித்துவந்தால், மஞ்சள் காமாலை தாக்காமல் தடுத்துக் கொள்ளலாம்.
- வாரம் இருமுறை முருங்கைக் கீரையுடன் சிறிதளவு கிழாநெல்லி இலைகளைச் சேர்த்து துவையல் கணையம், சீறுநீரகக் கோளாறுகள் தாக்காமல் தடுத்துக் கொள்ளலாம்.
- பசலைக் கீரை மார்பகப் புற்றுநோய் தாக்காமல் தடுக்கும் ஆற்றல் கொண்டது.
- அரைக் கீரை தலைமுடிக் கோளாறுகள் ஏற்படாமல் தடுக்கும் ஆற்றல் கொண்டது.
- பெருங்குறிங்சான் கீரைக்கு மூட்டுவலி ஏற்படாமல் தடுக்கும் ஆற்றல் கொண்டது.
- பண்ணைக் கீரைக்கும் கண்பார்வை சக்திகுறைவுபடாமல் காக்கும் ஆற்றல் உண்டு .
- சுக்கான் கீரை தோல்நோய் தாக்காமலும் கருப்பை பலவீனம் அடையாமலும் காக்கும்.
- மருத்துவ உலகம் நவீன உபகரணங்களால் கண்டுபிடிக்க முடியாத இச்சாசக்தி, ஞானசக்தி, கிரியாசக்தி ஆகியன உடம்பில் குறைவுபடாமல் முருங்கைக்கீரை காக்கும் .
- மஞ்சள் காமாலைக்கு காசினிக்கீரை கசாயம் சிறந்த மருந்தாகும்.
- கோதுமையை வறுத்து அரைத்து அடைசெய்து, அதனுடன் தேன் கலத்து சாப்பிட்டால் மூட்டுவலி, முதுகுவலி குணமாகும்.

- குழந்தைக்குப் பெரியம்மை கண்டால், துளிச்சாறுடன் வேப்பிலைச் சாறு கலந்து தடவினால் சீக்கிரமே மறைந்துவிடும்.
- ஓமம் கலந்து நீரை ஊற்றி ஃபிளாஸ்க்கைக் கழுவினால் பளிச்சென்றிருக்கும். துர்வாடை வராது.
- வெறும் உடற்பயிற்சி மட்டும் செய்தால் போதாது. அதனுடன் உணவுக் கட்டுப்பாடும் அவசியம். சிரசாசனம் செய்வதால் தொப்பை விழாது என்பது பூர்வமாக நிருபிக்கப்பட்டுள்ளது.
- விடிந்த பின்னரும் துங்கிக்கொண்டிருக்காதீர்கள். மதியம் உணவுக்குப்பின் குட்டித்துக்கம் போடுவதால் உடம்பு பெருகும்.
- காலைஐந்து, ஆறுமணிக்குள் சுத்தமான குளிர்ந்த நீரில் குளிப்பது நல்லது.
- வெறும் வயிற்றில் மூன்று டம்ளர்நீர் அருந்த வேண்டும். தினமும் ஒரே நேரத்தில் இப்படி அருந்தி வந்தால், உடல் குளிர்ச்சி பெறும். மலச்சிக்கல் குணமாகும். சிறுநீர் பிரச்சனைகள் குறையும். வாயுத் தொல்லை குறையும். உடல் நோய் எதிர்பாற்றலை பெறுவதால் நோய்களின் தொந்தரவும் குறையும்.
- அரிசி உணவு சாப்பிடுங்கள். கூடவே வாரம் ஐந்தாறு முறை கோதுமை சாப்பிடுங்கள் என்கிறார்கள் மருத்துவர்கள். நீரிழிவு நோயுள்ளவர்கள் அரிசியைத் தவிர்த்து விட்டுகோதுமை உணவு சப்பிட்டால் அவர்களின் ரத்தத்தில் சர்க்கரை குறையும்.

அமாவாசை தவிர மற்ற நாட்களிலும் காகத்திற்குச் சாதம் வைக்கலாமா?

தினமும் காகத்திற்கு சாதம் வைப்பது நல்லது. அரிசிமாவினால் கோலம் இடுவதால் எறும்பு போன்ற சிறிய உயிரினங்களுக்கும், சாதம் வைப்பதால் காகம் முதலிய பறவைகளுக்கும், அன்னதானம் அளிப்பதால் ஏழைகளுக்கும் உணவளித்த புண்ணியம் உண்டாகும். உயிர்களுக்கு உதவுவதை 'பூதயக்ஞம்' என்று சாஸ்த்திரம் கூறுகிறது. இதனை தினமும் செய்ய வேண்டும் என்றும் வலியுறுத்துகிறது.

வாழ்வில் இன்பம் பெருகிட

நம் வாழ்க்கைப் பயணத்தில் அதிமுக்கியமான பலவெற்றிகளைப் பெற்றுத் தருவதாக அமைய , இறையருளை வேண்டுவோம். அதற்கு உறுதுணை செய்யும் சில தெய்வஸ்லோகங்கள் உங்களுக்காக....



அதிகாலை எழுந்ததும் சொல்ல வேண்டிய ஸ்லோகம்:

கர்கோடகஸ்ய நாகஸ்ய
தமயந்த்யா நளஸ்ய ச
ருதுபர்ணஸ்ய ராஜர்ஷே:
கீர்த்தனம் கலிநாஸனம்

கார்க்கோடகன் என்ற நாகராஜனையும், தமயந்தியையும், நளசக்கிரவர்த்தியையும், ராஜரிஷியானரிதுபர்ண மகாராஜனையும் போற்றும் இந்த ஸ்லோகத்தை, தினமும் அதிகாலை எழுந்ததும் சொல்லிவர மனக்கவலைகள் நீங்கும். ஆரோக்கியம் சந்தோஷம் பெருகும்.

உணவருந்தும் போது சொல்லவேண்டிய ஸ்லோகம்:

அன்னம் த்ருஷ்ட்வா ப்ரணம்யாதௌ
ப்ராஞ்சலி :கதயேத்தத :
அஸ்மாகம் நித்யமஸ்த்வேதத்
இதி பக்த்யாத வந்தயேத

உண்ணத் துவங்கும்போது அன்னத்தைக் கண்டதும், முதலில் அஞ்சலி செய்து தலைவணங்கி, இந்த ஸ்லோகத்தைச் சொல்லி பிரார்த்தித்தது, 'எங்களுக்கு நித்யம் இந்த அன்னம் இருக்கட்டும்' என்று தலைவணங்கவேண்டும்.

காயத்ரி சொல்லுங்க!

முருகனுக்குரிய மந்திரத்தை 'ஸ்கந்த காயத்ரி' என்பர். இதனை தினமும் 12 முறை ஜெபித்தால் நல்ல புத்தியும், ஞானமும் கிடைக்கும். இதை செவ்வாயன்று சொல்வது சிறப்பு.

"ஓம் கார்த்திகேய வித்மேஹே
சக்தி ஹஸ்தாய தீமஹி
தந்நோ ஸ்காந்த ப்ரசோதயாத்"

பொருள் : சக்திஎன்னும் வேலாயுத்தை கையில் ஏந்திநிற்கும் கார்திகேயனே ! நீ என் அறிவைப் பிரகாசமாக்கி நல்வழியில் நடத்துவாயாக.

முருகனிடம் சரணடையுங்கள் !



அதர்மத்தை அழித்து தர்மத்தை நிலைநாட்ட பல பெயர்களும், வடிவங்களும் தாங்கி கடவுள் அவ்வப்போது அவதாரம் செய்கிறது. அதில் சிவனின் உணர்விலிருந்து உதித்த ஒரு கதிரே முருகன்.

வள்ளியும் தெய்வானையும் முருகனின் இரு துணைவியார். அவர்கள் கிரியா சக்தியையும் (செயல் பாட்டையும்), ஞானசக்தியையும் (வாழ்க்கை இன்னதுதான் என்று அறியும் அறிவு) குறிக்கின்றனர்.

அறியாமை தாண்டவமாடும் இந்தக் கலியுகத்தில் எளிதில் நெருங்க வல்லவராக இருப்பார் கந்தன்.

வீர அனுமானி லிருந்து எவ்விதத் திலும் வேறுபட்டவர் அல்ல இவர் முருகன் மீது சிறிதளவு பக்தி செலுத்தினால் கூட,

செய்யும் ஒவ்வொரு செயலிலும் வெற்றியைத் தருவதோடு வாழ்வில செல்வவளமும், ஆன்மிக சுபிட்சமும் வழங்குகிறார்.

முருகனின் திருவடியில் இருக்கும் பாம்பு, முருகன் அச்சமில்லாதவர், அழியாத ஞானம் கொண்டவர் என்பதன் குறியீடாகும்.

ஞானம், வைராக்கியம் ,பலம் . புகழ் .செல்வம் ,தெய்வீக சக்திஆகிய ஆறு குணங்களைக் கொண்டவர் என்பதால் முருகன் ஆறுமுகங்களோடு காட்சியளிக்கிறார்.

பழநியில்முருகனை தரிசித்தால் தீராத நோய் கூட தீர்ந்து போகும். நட்சத்திரத்தில் கார்த்திகையும், திதியில் வளர்பிறைசஷ்டியும் முருகவிரதத்திற்கு உகந்தவை.

பங்குனி உத்திர நாளில் முருகமந்திமான 'ஓம் சரவணபவாய நம' என்றமந்திரத்தை ஜெபித்து, கந்தனே கதி என அவனுக்கு நம்மைச் சொந்தமாக்கி விட்டால், கருணைக் கடலான அவன் அருளால் எல்லா நன்மைகளும் பெருகும்.

அருகம்புல்லின் அருமை!

அருகம்புல் வேரை, நிழலில் உலர்த்தி, இடித்து, கஷாயம் செய்து கொள்ளவும், இத்துடன், பால். சர்க்கரை சேர்த்து, காபிபோல சாப்பிட, மார்பு வலிநீங்கும். உடல் இளைக்க உதவும், உறக்கம் தரும், பல் மற்றும் ஈறுநோய்கள் நீங்கும், வயிற்றுபுண், கர்ப்பப்பை கோளாறுகள், மாதவிலக்கு தொல்லைகள் நீங்கும். மசாஜ் செய்துவிட்டதைப் போல, உடம்பு உற்சாகமாக இருக்கும்.



அருகம்புல்லையும், ஆல இலையையும் சமமாக எடுத்து, அரைத்து, உச்சந்தலையில் பற்றுப்போட்டால், தலைவலி குணமாகும்.

தூதுவளை வேரையும், அருகம்புல்லையும் கசக்கி, துணியில்வைத்து, பல்வலி இடது புறமிருந்தால், வலதுகாதிலும்: வலது புறமிருந்தால், இடது காதிலும் மூன்று சொட்டுகள் மட்டுமே பிழிந்துவிட்டால், வலி உடனே நீங்கும்.

அருள்மிகு ஸ்ரீ செங்கழனி அம்மன் திருக்கோயில்

புழுதிவாக்கம், சென்னை.



புழுதிவாக்கத்தில் திருக்கோயில் கொண்டுள்ள கிராம தேவதையாக திருக்காட்சி அளிப்பவளும், அகில உலகத்தையும் தனது அருட்கடாஷத்தால் அருள்பாளித்து கொண்டிருப்பவளும், நினைத்ததை நடத்தி கேட்டதை கொடுக்கும் கலியுகத்தின் ப்ரத்யஷ தெய்வமான அருள்மிகு செங்கழனி அம்மன்

ப்ரம்மீ, மாஹேச்வரி, கௌமாரீ, வைஷ்ணவி, வாராஹீ, மாஹேந்த்ரீ நரசிம்மீ, சாமுண்டா என்ற எட்டு சக்திகளும் தேவ மாரீ, அக்னீ கௌமாரீ, வீரமாரீ, பத்ர மாரீ, தோயமாரீ, பராமாரீ, மஹாமாரீ என்று 16 அம்சங்களும் கொண்டு நவசக்திகளையும், உட்கொண்டு, இச்சாகத்தி, ஞானசக்தி, கிரியாசக்தி என்னும் மூன்று சக்திகளையும் உட்கொண்டு ஓரே சக்தியாய் விளங்கும் அன்னை ஸ்ரீ செங்கழனி அம்மனை வணங்கினால் வாழ்வில் இகபரசுகங்களும் ஈரெட்டு செல்வங்களும், பேரருளும் பெற்று வாழலாம்.



மகாத்மா காந்திஜி சொல்கிறார்....

- ஆண்டவன் ஒருவன் இருக்கின்றான். அவன் அன்பு மனங்களில் சிரிக்கின்றான்
- தன்னம்பிக்கையும், அடக்கமும் ஒரு மனிதனிடம் இருக்குமானால், அவனது வாழ்வு தித்திக்கும். அவனை யாராலும் வெல்ல முடியாது.
- நரகத்திற்குப் பயந்தோ, சொர்க்கத்தை விரும்பியோ தர்மச் செயல்களைச் செய்வது கூடாது. எந்த பலனும் எதிர்பாராமல் செய்ய வேண்டும்.
- அன்பு ஒருபோதும் எதையும் எதிர்பார்க்காது. பிறருக்கு கொடுப்பதில் தான் மகிழ்ச்சி கொள்ளும்.
- படைபலத்தால் கிடைக்கும் வெற்றியை விட, மனதில் இருக்கும் ஆசை, கோபம் ஆகிய இரண்டு உணர்ச்சிகளையும் வெல்வது மேலானது.
- அடக்கம் இல்லாதவன் எவ்வளவு படித்திருந்தாலும் தற்குறிக்குச் சமம். தலைமை ஏற்கும் தகுதி பெற விரும்புபவர்கள் முதலில் கற்க வேண்டிய பண்பு அடக்கம்.
- நம்முடன் எப்போதும் கடவுள் இருக்கும் போது, வாழ்வில் ரகசியம் என்பதே இருக்க முடியாது. நம் உண்மையை உணருங்கள்.
- ஆயிரம் பெயர் சொல்லி அழைத்தாலும் உலகில் கடவுள் ஒருவரே இருக்கிறார். அவர் அன்பான மனங்களை ஆக்கிரமித்துக் கொண்டிருக்கிறார்.
- தூய பக்தியுணர்வு மனதில் இருக்குமானால் துன்பம் கூட பேரின்பமாகத் தோன்றும்.

* உண்ணாநோன்பு, உடலோடு உள்ளத்தையும் தூய்மைப்படுத்தும்.
* அறிவை விட மேலானது உண்மை. உண்மையை நமது மதமாகப் போற்றுவோம். சிறு சிறு விஷயத்தில் கூட உண்மையாக இருப்பதே தூய வாழ்வின் அடிப்படை ரகசியம்.
* மனித எண்ணத்தை விட சக்தி படைத்தது உலகில் வேறில்லை.
* நாணயமாகக் சம்பாதித்தால் எந்த வேலையும் கவுரவக் குறைவானது அல்ல.
* உழைப்பவர் கையில் தான் இந்த உலகம் இருக்கிறது. பிறர் உழைப்பைச் சுரண்டிப் பிழைப்பதால் உண்டாகும் முன்னேற்றம் நிலைத்து நிற்பதில்லை.
* உழைக்காத மனிதனுக்கு உண்பதற்குக் கூட உரிமை இல்லை.
* ஆரோக்கியத்தை விரும்பும் மனிதன் உழைப்பதற்குத் தயங்க மாட்டான்.
* உழைக்காமல் உணவு உண்ணும் மனிதர்கள் திருடர்களுக்குச் சமமானவர்கள்.
* அறிவை விட ஒழுக்கம் உயர்வானது ஒழுக்கமின்மை பல தீமைக்கு வழிவகுக்கும்.
* ஒழுக்கத்தை வெறும் படிப்பறிவால் பெற்றுவிட முடியாது.
* கைமாறு கருதாமல் பிறருக்கு நன்மை செய்யும் மனப்பான்மையை வளர்த்துக் கொள்ளுங்கள்.
* ஒருவருக்கொருவர் விட்டுக் கொடுத்து வாழ்ந்தால் ஒற்றுமைக்கு ஊறு விளைவதில்லை.
* நாம் செய்யும் ஒவ்வொரு நன்மை, தீமைக்கும் கடவுள் சரியான கணக்கு வைத்திருக்கிறார். அவருக்கு இணையான கணக்குப் பிள்ளை வேறுயாருமில்லை.
* எதை மனிதன் விதைக்கிறானோ அதையே ஒரு நாள் அறுக்கிறான் என்பது கடவுள் வகுத்த விதி. இதிலிருந்து

யாரும் தப்ப முடியாது.

- குழந்தைப் பருவத்தில் உருவாகும் கருத்துக்கள், ஆழ்ந்த வேர் போல மனதில் பதிந்து விடுகின்றன.
- அநியாயத்தை எதிர்த்து நிற்பது நம் ஒவ்வொருவரின் கடமை.
- மனதிற்கு சாந்தி அளிப்பதற்காகவே இசை, நடனம் முதலிய கலைகள் உருவாக்கப்பட்டன.



நமக்கெதுக்கு அதெல்லாம்!

பக்கத்து வீட்டில் கார் வாங்கி விட்டால், அடுத்த வீட்டுக்காரரும் வாங்க ஆசைப்படுகிறார். எதிர்வீட்டுப் பெண் கட்டியிருக்கும் பட்டும், நகையும் மனதைச் சுண்டி இழுக்கிறது. 'இவர்களைப் போல பணமும் புகழும் எனக்கு இல்லையே!' என்று பணக்காரர்களைப் பார்த்து ஏங்குகிறான் மனிதன்.

இப்படி, அடுத்தவர்களோடு தன்னை ஒப்பிட்டால், பொறாமையும், தாழ்வு மனப்பான்மையுமே மனதில் படரும். " உங்களது நல்ல நிலையை எண்ணிப்பாருங்கள். இன்றிருக்கும் நிலைக்கு இறைவனுக்கு நன்றி செலுத்துங்கள், என்கிறார் ஒரு அறிஞர். வாழ்வின் நல்ல நிகழ்வுகளை, இனிய தருணங்களை மட்டுமே மனிதன் அசைபோடவேண்டும். ' நமக்கெதற்கு அவர்கள் வைத்திருப்பதெல்லாம்' என்ற உணர்வு மட்டும் ஆழமாகப் பதிந்து விட்டால் வாழ்வு இனிக்கும்.

ரதசப்தமியன்று புனித நீராடுங்கள்

தை மாத வளர்பிறை சப்தமியில் கொண்டாடப்படுவது ரத சப்தமி. இந்நாளில் சூரியன் தன் தேரை, மேற்கு நோக்கி திருப்பி செலுத்துவதாக ஐதீகம். அன்று அதிகாலையில் புனித நீராடினால் கங்கையில் நீராடிய புண்ணியம் கிடைக்கும்.

சுமங்கலிகள் ஏழு எருக்க இலைகளை அடுக்கி, மேல இலையில் சிறிது மஞ்கள் தூள் சேர்த்து உச்சந்தலையில் வைத்து நீராட வேண்டும். ஆண்கள் அட்சதை (மங்கள் கலந்த அரிசி) வைத்து நீராடலாம். அன்று பூஜையறையில் தேர்க்கோலமிட்டு, சுற்றிலும் செங்காவிப்பட்டை இட வேண்டும். சூரியனுக்கு சர்க்கரைப் பொங்கலும், வடையும் நைவேத்யம் செய்ய வேண்டும். ஆதித்ய ஹ்ருதய ஸ்லோகம், சூரிய சகஸ்ரநாமம் ஜபிக்க வேண்டும். இந்த விரதம் அனுஷ்டிப்பதால் ஆரோக்கியம், நீண்ட ஆயுள், செல்வ வளம், சுமங்கலி பாக்கியம் நிலைக்கும்.



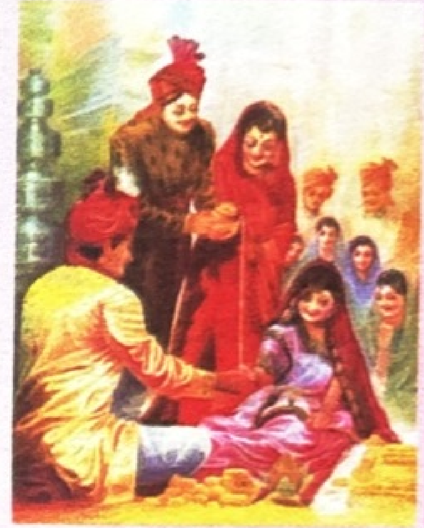
திருமாங்கல்யத்தில் லட்சுமிகாசு, மணி ஆகியவற்றை கோர்ப்பதன் நோக்கம் என்ன?

திருமணம் முடிந்த மூன்றாம் மாதத்தில் மணப் பெண்ணுக்கு சுமங்கலிகள் நடத்தும் சடங்கு தாலி பெருக்குதல். முதன் முதலில் மஞ்சள்கயிற்றை மாற்றும் சடங்கு இது. புதிதாக மாற்றும்போது, மங்கல ஆபரணமான தாலியோடு லட்சுமி காசு, மணி ஆகியவற்றை சேர்ப்பதன் மூலம் தீர்க்கசுமங்கலியாக வாழும் பாக்கியம் உண்டாகும் என்பது ஐதீகம்.

ஆடி மாதத்தில் ஜோடியைப் பிரிப்பது ஏன்?

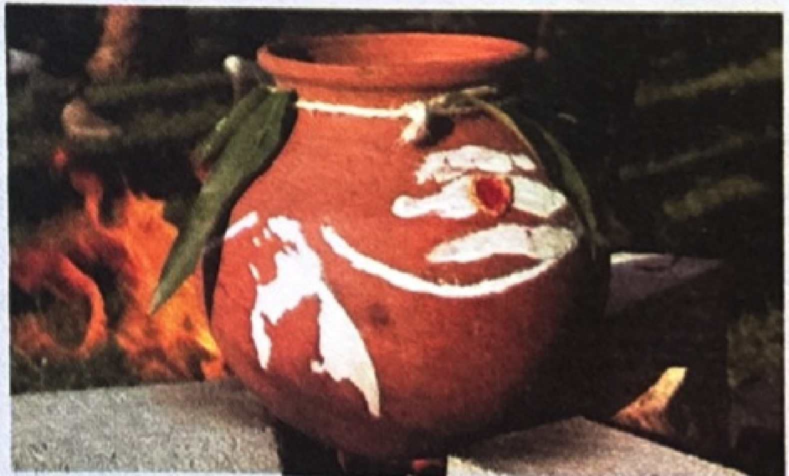
ஆடி மாதம் என்றாலே சுபகாரியங்களை யோசித்து செய்ய வேண்டும் என்று சொல்வார்கள். காரணம், ஆடி மாதம் ஆடிக்கொண்டிருக்கும் மாதமாகும். நிலையில்லாத மாதம். இந்த மாதத்தில் எந்தக் காரியத்தைச் செய்தாலும் நிலையாக இருக்காது என்பது நம்பிக்கை. இருந்தாலும், சில காரியங்களை ஆடி மாதத்தில் செய்யலாம்.

குறிப்பாக, தம்பதியர் ஆடியில் கூடினால், சித்திரையில் பிள்ளை பிறக்கும் என்று கருதி ஆடி மாதம் பெண்களை தாய் வீட்டிற்கு அழைத்துச் செல்வார்கள். சித்திரையில் பிள்ளை பிறந்தால் தந்தையின் முன்னேற்றத்தில் தடை ஏற்படலாம் என்பதும் ஒரு கருத்தாகும். இருப்பினும். அதற்காக கவலைப்பட வேண்டாம். சித்திரையில் ஆண் குழந்தை பிறந்தால் அதற்குரிய அங்காரக தோஷ பரிகாரத்தை யோக பலம் பெற்ற நட்சத்திரம் வரும் நாளில் செய்தால் பெற்றோருக்கு பெருமை சேரும். பிள்ளையும் எல்லையில்லாத அளவு செல்வம் ஈட்டும்.



மண்பானை பொங்கலே மகத்துவமானது!

முன்பெல்லாம் மக்கள் மண்பானையில் தான் பொங்கள் வைப்பது வழக்கம். அதுமட்டுமல்லாமல் மண் அடுப்பு அல்லது இரும்பு அடுப்பு மீது பானையை வைத்து பொங்கல் வைப்பார்கள். தற்போது கேஸ் அடுப்பு வந்து விட்டது. பானைக்கு பதில் 'உருலி' எனப்படும் செம்பில் வைக்கத் தொடங்கி விட்டனர்.



உடல்நலம் சீராக மண்பானை சமையலே ஏற்றது என்று முன்னோர்கள் சொல்லி வைத்திருக்கிறார்கள். காலங்கள் மாற மாற மக்களும் தங்கள் பழக்கத்தை மாற்றிக் கொண்டனர். தினந்தோறும் கடைபிடிக்கா விட்டாலும் கூட பொங்கல் அன்றாவது பானையில் கோலமிட்டு. மஞ்சள் கொத்து கட்டி, மண் அடுப்பில் விறகு வைத்து எரித்து பொங்கல் வைப்பதே மகத்துவமானது. கதிரவன் பார்க்கும் மண்ணிலிருந்து செய்த கலயத்திலிருந்து பொங்கல் வைப்போம். கலகலப்பாய் வாழ்வோம்.

திருமண தடைநீக்கும் வாள் நெடுங்கண்ணியம்மன்



நாகை மாவட்டம் மயிலாடுதுறையில் இருந்து சுமார் 15 கிலோ மீட்டர் தொலைவில் திருக்கடையூர் செல்லும் சாலையில் உள்ள ஆக்கூரியல் பழமை வாய்ந்த தான்தோன்றீஸ்வரரும், இறைவியாக வாள்நெடுங்கண்ணியம்மனும் வீற்றிருந்து பக்தர்களுக்கு அருள்பாலித்து வருகின்றனர். காவிரியின் தென்கரையில் உள்ள தலங்களில் 46-வது தலமாக போற்றப்படும் இத்தலத்தின் சிறப்புகளை பற்றி தேவார பாடல் ஆசிரியர்களான திருநாவுக்கரசர், திருஞான சம்பந்தர் ஆகியோர் பாடியுள்ளனர்.

சிறப்பு அர்ச்சனை

சர்க்கரை நோயாளிக்கு என இத்தலத்தில் சிறப்பு பூஜைகள் நடைபெறுகின்றன. அதாவது சர்க்கரை நோயாளிகள் தங்களது நட்சத்திரத்திற்குரிய நாளின், அர்சனை செய்து இங்குள்ள இறைவனை வழிபட்டால் சர்க்கரை நோய் நீங்குவதாக ஐதீகம். அதன்படி இன்றும் சர்க்கரை நோயாளிகள் அர்ச்சனை செய்து வழிபாடு செய்து வருகின்றனர்.

அருள்மிகு ஸ்ரீ தேவி பொன்னியம்மன் திருக்கோயில்

மடிப்பாக்கம் - புழுதிவாக்கம், சென்னை - 91



இப்பாரத கண்டத்தில் மூர்த்தி, ஸ்தலம், தீர்த்தம் என்று விளங்குகின்ற தமிழகத்தின் தலைநகரம் தருமமிகு சென்னை மாநகரத்தில் மடிப்பாக்கம் - புழுதிவாக்கத்தில் சர்வ மங்கள காரணியாகவும் சர்வ துக்க விநாசினியாகவும் சர்வ சௌபாக்ய தாயினியாகவும் விளங்கும் அன்னை ஸ்ரீ தேவி பொன்னியம்மன் பக்தர்களுக்கு பரிபூரண அருள் மழையைப் பொழிந்து வருகிறாள்.

இத்திருத்தலம் பல நூறு ஆண்டுகளுக்கு முன்பாக ஸ்தாபிதம் செய்யப்பட்டதாகும். ஸ்ரீ தேவி பொன்னியம்மன் இந்த கிராமங்களின் கிராம தேவதையாக வீற்றிருக்கிறாள். அன்னை தேவி, ஸ்ரீ காளியம்மன் ஸ்வரூபம் உடையவளாக இருந்தாலும் பக்தர்கள் ஸ்ரீ தேவி பொன்னியம்மன் எனும் திருநாமம் வைத்து வணங்கி வருகின்றனர். பொன்னி என்றால் காவேரி நதி என்று பொருள்படும். அன்னை காவேரி ஆற்றைப்போல் பக்தர்களுக்கு அருளைப் பொழிகின்றாள். பொன் என்றால் தங்கம் என்று பொருள்படும். ஸ்ரீ தேவி பொன்னியம்மன் தங்கத்தைப் போன்று அருள் பொழியும் முகமுடனும் முக்கண்களும் மேல்நோக்கிய கூந்தலுடன் வெண்பட்டாடை அணிந்து சூலம், டமருகம், கபாலம், பாசம்

ஆகியவைகளைத் தனது நான்கு கரங்களிலும் தரித்திருப்பவள். மலர்ந்த கண்கள் உடையவள், பல வகையான அணிகலன்கள் பூண்டவள். இடக்காலை மடித்து வலக்காலை தொங்கவிட்ட நிலையில் சாந்த ஸ்வரூபிணியாக அமர்ந்து வேண்டுவோர்க்கு வேண்டும் வரங்களை வாரி வாரி பரிபூரண அருளாசிகளை வழங்கி வருகின்றாள்.

மடிப்பாக்கத்திற்கு ஸ்ரீ காஞ்சி காமகோடி பீடாதிபதி பெரிய பெரியவாள் ஸ்ரீ சங்கராச்சாரிய சுவாமிகள் விஜயம் செய்தபோது ஸ்ரீ தேவி பொன்னியம்மன் ஆலயத்திற்கு தரிசனம் செய்ய வந்தார். அப்போது அம்மனின் மாபெரும் சக்தியை உணர்ந்து அரை மணிநேரம் அமர்ந்து தியானம் செய்து சென்றார்கள்.

சந்திரனுக்கு இரண்டு தளங்கள்:

ஒவ்வொரு நவக்கிரகங்களுக்கும் சிறப்பு பெற்ற கோவில்கள் உள்ளன அந்த வகையில் சந்திர பகவானுக்கு இரு தளங்கள் இருக்கின்றன அவை திங்களூர் மற்றும் திருப்பதி ஆகும் சந்திரனுக்கு திங்கள் என்றும் பொருள் உண்டு. திங்களூர் தேவாரப்பாடல் பெற்ற தளமாகும். மேலும் அறுபத்து மூன்று நாயன்மார்களின் குறிப்பிடத்தக்க இரு நாயன்மார்களான திருநாவுக்கரசர், அப்பூதியடிகள் ஆகியோரின் சொந்த ஊர் இந்த திங்களூர்.



சந்திரனால் பூஜிக்கப்பட்டு சந்திரன் பெரும் பேரு பெற்ற திருத்தலம் திருப்பதியாகும். ஏழுமலையான் வீற்றிருக்கும் இந்த தளத்தில் சந்திர பகவான் தங்கி இறைவனை வழிபட்டு சிறப்படைந்தார் சந்திரன் பூஜித்த தலமாக கருதப்படுகிறது.

ஸ்ரீ மஹா கால பைரவர்

மகிழ்வு தரும் பைரவர் வழிபாடு

அஷ்டமி வந்தால் கஷ்டங்கள் நீங்கும்

ஓம் ஓம் பைரவா ! காக்கும் கடவுள் ஓம் கால பைரவா!

சிவன் கோவில்களில், பைரவருக்கு என்று தனிச் சன்னதி உண்டு. ஈரோடு அருகே உள்ள சென்னிமலை பகுதியில் பைரவருக்கு தனியாக கோயில் அமைந்துள்ளது. இந்தக் கோயில் 12 ஆம் நூற்றாண்டில் கட்டப் பட்டிருப்பதாக சான்றுகள் தெரிவிக்கின்றன.



திருவள்ளூர் மாவட்டம் **பெரியபாளையம் அருகில் தொம்பரம் மேடு கிராமத்திலும்** குன்றின்மீது கோயில் கொண்டு ஸ்ரீகால பைரவர் அருள்பாளிக்கிறார். பைரவருக்கு பஞ்ச தீபம் ஏற்றி வழிபடுவது சிறப்பு தருவதாக கூறப்படுகிறது. பவுர்ணமிக்கு பின்வரும் தேய்பிறை அஷ்டமி தினத்தில், பைரவருக்கு பஞ்ச தீபம் ஏற்றி வழிபாடு செய்தால், தீராத தொல்லைகள் எதுவாக இருந்தாலும் தீர்ந்து வாழ்வில் மகிழ்ச்சி உண்டாகும் என்பதில் எள்ளளவும் ஐயம் இல்லை.

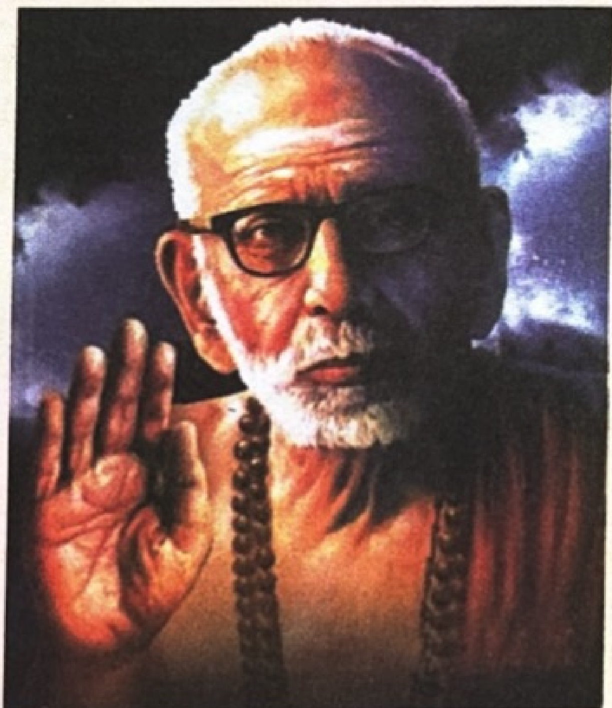
நல்லெண்ணெய், விளக்கெண்ணெய், இலுப்பை எண்ணெய், பசு நெய் ஆகியவற்றை தனித் தனி அகல் விளக்கில் ஊற்றி, தீபம் ஏற்ற வேண்டும். ஒரு தீபத்திலிருந்து மற்றொரு தீபத்தை ஏற்றாமல் ஒவ்வொரு தீபத்தையும் தனித்தனியாக ஏற்றி வழிபாடு செய்தால் காரியங்கள் நிறைவேறும். பைரவரின் பரிபூரண அருள் கிட்டும்.

1. திருமணம் விரைவில் நடைபெற - வெள்ளி, ஞாயிறு
2. குழந்தை பாக்கியம் பெற - தேய்பிறை அஷ்டமி
3. கல்வி தடை நீங்க - புதன்

4. லட்சுமி அருள் பெற - வெள்ளி
5. வழக்கில் வெற்றி பெற - சனி, ஞாயிறு
6. துன்பம், துயரம் நீங்க - பௌர்ணமி, செவ்வாய், வெள்ளி
7. அனைத்து காரியங்கள் நன்மையாக முடிய - தேய்பிறை அஷ்டமி
8. இழந்த பொருள் கிடைக்க - தினசரி மாலை
9. சனீஸ்வரன் தோஷம் நீங்க - சனிக்கிழமை

சக்தியளவு தர்மம்

காஞ்சி ஸ்ரீமஹா பெரியவாள்



நமது தர்மங்களைப் பரிபலிக்க நமதுமதத்தில் ராஜாக்கள் இல்லை. ஆகையால் ஜனங்கள் தாம் சிரத்தை எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். இருக்கிற சக்தியைக்கொண்டு சாத்தியமாகும் வரையில் செய்ய வேண்டும். கொஞ்சமேனும் செய்ய வேண்டும். கோடிஜனங்களும் அப்படிச்செய்தால் தர்மத்திற்குக் குறைவேயிராது.

புருஷர்கள் ஒவ்வொருவரும் ஒரு உண்டி வைத்து, அதில் தினம் சக்திக்குத் தகுந்தபடி பணம் போட்டுக்கொண்டு வந்தால் 20 வருஷங் கழித்துப் பெரிய தர்மத்தைச் செய்ய முடியும். ஸ்திரீகளும் தினம் சிறிது அரிசியோ அல்லது வேறதையோ போட்டுக் கொண்டு வந்தால் அதுவும் பெருகிவிடும். பணக்காரர்களாக உள்ளவர்கள் நிரம்பச் செய்யட்டும், ஏழை ஒரு பைஸாவாவது ஒதுக்கி வைக்கட்டும். அப்பொழுது நமது மதத்துக்கு ராஜாக்களில்லாத குறை இராது.

பங்குனி உத்திரம்

ஒரு வீட்டை நிலைநிறுத்த மரத்தாலான உத்திரம் பயன்படுகிறது. இரண்டு தூண்களுக்கும் நடுவில் இடையே உத்திரம் அமைக்கப்படுகிறது. அதுதான் வீட்டை தாங்கிபிடிக்கிறது. அதுபோல் நம்முடைய வாழ்க்கையிலும் இறைவனால் நமக்கு நன்மைகள் நிலைத்திருக்கவும், தூணாக நம்மை தாங்கிப்பிடிக்கவும், துணையாக நம்மோடு இறைவன் வருவதற்கும் பங்குனி உத்திரத்தில் விரதம் இருந்து இறைவழிபாடு செய்வது சிறப்பு என்று சாஸ்திரங்கள் கூறுகின்றன.

கந்தசஷ்டி திருநாள், பங்குனி உத்திரம் ஆடிக்கிருத்திகை, பரணிக்கிருத்திகை, பவுர்ணமிஆகியவை முருகனை வணங்கவேண்டிய உகந்த நாட்காளாகும். அந்த வகையில் பங்குனி உத்திரம் மிகவும் முக்கியத்துவம் வாய்ந்ததாகும்.

தமிழ் மாதங்களில் 12 வது மாதம்பங்குனி, 12 வதுநட்சத்திரம் உத்திரம். பங்குனி உத்திரமான இந்த நன்னாளில் அனைத்து கோவில்களில் இறைவனின் திருக்கல்யாண உற்சவம் சிறப்பாக கொண்டாடப்படுகிறது. இதனை "கல்யாண விரதம்" என்றும் குறிப்பிடுவர்.

மதுரை சுந்தரேஸ்வரர் - மீனாட்சி, காஞ்சீபுரத்தில் வரதராஜபெருமாள் - பெருந்தேவிதாயார், காஞ்சிஏகாம்பரர் - தேவிகாமாட்சி, முருகன் - தெய்வானை , ஸ்ரீராமர் -சீதை , ஆண்டாள் - ரங்கமன்னார்ஆகியோருக்கு திருக்கல்யாணமும், ரதிக்காக மன்மதனை சிவபெருமான் எழுப்பித்தந்த நாள், அர்ஜுனன் அவதார நாள் , சபரிமலை ஸ்ரீஐயப்பன் பிறந்த நாள் , தன்மனைவி இந்திராணியை பிரிந்திருந்த இந்திரன் மீண்டும் அவளுடன்சேர்ந்தநாள் , சந்திரபகவான், கார்த்திகை ரோகினி உள்ளிட்ட 27 நட்சத்திரங்களை மனைவியராக அடைந்தபுண்ணிய தினம் பங்குனிஉத்திர நன்னாளாகும். இன்றைய நாளில் இறைவனின் திருக்கல்யாணத்தை தரிசிப்பது சிறப்பாகும்.

முருகப்பெருமான் அருளைப்பெறுவதற்கு பங்குனி உத்திரத்தில் விரதம் இருந்து கோவிலுக்கு செல்வது சிறப்பாகும். இறைவனின் திருக்கல்யாண நாளில் விரதமிருந்து இறைவனை தரிசிப்பதன் மூலம் நல்ல துணையை பெற்றுமகிழலாம். 48 ஆண்டுகள் பங்குனி உத்திரவிரதம் இருப்பவர்களுக்கு அடுத்த பிறவி தெய்வத்தன்மை வாய்ந்ததாக அமையும் என்பது நம்பிக்கையாகும்.

வாழ்க்கையில் ஏற்பட்டுள்ள பாவம் அகலுவதுடன், பகை விலகுகிறது. இந்த விரதத்தை கடைபிடித்து விஷ்ணுவின் திருமார்பில் வீற்றிருக்கும் பெருமையை திருமகள் பெற்றாள். இந்திரன், இந்திராணியையும் , பிரம்மன் தன் மனைவி, சரஸ்வதியை நாக்கிலேயே வைத்துக் கொள்வதற்கான வரத்தையும் பெற்றது. இந்த விரதத்தின் சிறப்பாக கருதப்படுகிறது.

மேலும்பங்குனி உத்திரதத்தன்று சுவாமிகடல், ஏரி , [illegible]ரகம்போன்ற இடங்களில் தீர்த்தவாரி நடைபெறும்போது

அங்குள்ள நீர்நிலைகளில் நீராடினால், புண்ணியம் கிடைக்கும். சுவாமி பல்லக்கில் வீதி ஊர்வலமும் நடக்கிறது. பங்குனி உத்திரத்தன்று கோவில்களில் நடக்கும் திருகல்யாண உற்சவமும், தென்மாவட்டங்களில் குலதெய்வ வழிபாடுகளும் சிறப்பாக நடக்கும். இதில் கலந்துகொண்டு, அருளைப் பெறுவதுடன், வாழ்க்கையில் அனைத்து நலன்களையும் பெறலாம்.

பங்குனி உத்திர விரதம்



சிவபார்வதி, முருகன் தெய்வானை திருமணநாள் பங்குனி உத்திரம். இந்நாளில் பெண்கள் மாங்கல்ய பலத்திற்காக விரதம் மேற்கொள்வர். அபிராமி அந்தாதி, தேவாரம், திருவாசகம், கந்தசஷ்டிக்கவசம் பாடல்களைப் பாடுவர். மாலையில் கோயிலுக்குச் சென்று சுவாமி தரிசனம் செய்வர் . இந்தவிரதத்தால் தீர்க்கசுமங்கலி பாக்கியம் கிடைக்கும். கணவருக்கு நோய்நொடி நீங்கி ஆரோக்கியம் பெருகும். கருத்து வேறுபாடு மறைந்து தம்பதிஒற்றுமை சிறக்கும். 48 ஆண்டுகள் தொடர்ந்து பங்குனி உத்திர விரதம் மேற்கொண்டால் அடுத்தபிறவி தெய்வப்பிறவியாகஅமையும்.

விவாகத்தடை நீங்க

திருமணம் தடைபடும் பெண்கள் பங்குனி உத்திரத்தில் முருகனை வழிபடுவது நல்லது. இந்நாளில் செவ்வாய் தலமான வைத்தீஸ்வரன் கோயிலில் முத்துக்குமாரசுவாமியையும், அங்கிருக்கும் செவ்வாயையும் வணங்கினால் திருமணத்தடை நீங்கும். வைத்தீஸ்வரன் கோயிலுக்கு செல்ல இயலாதவர்கள் கந்தசஷ்டிக்கவசத்தைப் பாராயணம் செய்து, அருகிலுள்ள முருகன் கோயிலில் நெய்தீபம் ஏற்றலாம்.

ஆஞ்சநேயரும் நவகிரகமும்

ஆஞ்சநேயர் தன் வாலில் கொளுத்திய தீயைக் கொண்டு இலங்கை முழுவதையும் எரித்து ஈநசம் பண்ணினார். ஆஞ்சநேயரின் இத்தகைய பலம் பொருந்திய வாலில் நவகிரகங்களும் குடியிருப்பதாக ஐதீகம். எனவே ஆஞ்சநேயரின் வால் நுனியில் சந்தனம், குங்குமம் பொட்டிட்டு 48 நாட்கள் தொடர்ச்சியாக பூஜை செய்து வணங்கி வந்தால் நவகிரகங்களை வணங்கியதற்கு சமமாகும். இதனால் நவகிரக தோஷங்கள் தீரும். இது நவகிரக பூஜை செய்வதற்கு சமம் ஆகும்.



சனீஸ்வர தோஷம் தீர்க்கும் வடதிருநள்ளாறு



திருநள்ளாரில் உள்ள நள தீர்த்தத்தில் புனித நீராடி அங்குள்ள சனீஸ்வரனையும், தர்பாரேணஸ்வரரையும் வழிபட்டால் சனிஸ்வர தோஷம் தீரும் என்பது ஐதீகம். இதே போன்று **சென்னை கிண்டிக்கு அருகில் உள்ள ஆதம்பாக்கத்தில்** கோவில் கொண்டுள்ள விஸ்வரூப சனிஸ்வரர் 6 அடி உயரத்தில் அமைந்துள்ளார். எனவே இது வடதிருநள்ளாறு என்று அழைக்கப்படுகிறது.

திருச்செந்தூர் பிரதான குருஸ்தலம்

குரு பகவானுக்குரிய தலங்களில் பிரதான இடம் பெறுவது முருகனக்குரிய ஆறுபடை வீடுகளில், இரண்டாம் படைவீடான திருச்செந்தூர் ஆகும். தேவர்களைக் காக்க முருகப்பெருமான் அசுரர்களை அழிக்க இங்கு வந்தார். அப்போது, தேவர்களின் குருவான பிரகஸ்பதி அசுரர்களைப் பற்றியும், அவர்களது குணம் பற்றியும் முருகனுக்கு எடுத்துச் சொன்னார். இதனால், இத்தலம் குரு தலமாகக் கருதப்படுகிறது. இங்குள்ள மேதா தெட்சிணாமூர்த்தியும் விசேஷமானவர். இவர், கூர்மம் (ஆமை), அஷ்ட நாகம், அஷ்ட யானைகளுடன் கூடிய பீடத்தின் மீது காட்சி தருகிறார். வலது கையில் சிவ பெருமானுக்குரிய ஆயுதமான மழுவும், இடக்கையில் மானும் உள்ளது. இவருக்குப் பின்புறமுள்ள கல்லால மரத்தில் நான்கு வேதங்களும், கிளிவடிவில் உள்ளது. தெட்சிணாமூர்த்தியின் இத்தகைய அமைப்பை வேறெங்கும் காண முடியாது. குருபரிகாரம் செய்ய வேண்டியவர்கள் அவசியம் ஒரு முறையாவது சென்று வரவேண்டிய தலம் இது.



ஆலங்குடி ஞானகுரு



நவக்கிரக தலங்களில் குருவுக்குரியதாக போற்றப்படுவது ஆலங்குடி ஆபத்சகாயேஸ்வரர் கோயில் இது திருவாரூரிலிருந்து 30 கி.மீ., தூரத்தில் உள்ளது. இங்கு குரு பகவான் சிவ பெருமானை வழிபட்டுள்ளார். இங்குள்ள தெட்சிணாமூர்த்தி, ஞானம் தரும் குருவாக அருள் பாலிக்கிறார். திருத்தல யாத்திரை மேற்கொண்ட சுந்தரர், இத்தலத்திற்கு வந்தார். அப்போது, அருகிலுள்ள வெட்டாற்றில் சிவன், வெள்ளப் பெருக்கு ஏற்படும்படி செய்தார். சுந்தரர் ஆற்றின் மறுகரையில் நின்றார். அங்கு வந்த ஓடக்காரர் ஒருவர், தான் அவரை கோயிலுக்கு அழைத்து வருவதாகச் சென்றார், பாதி வழியில் ஓடம் கவிழும் நிலையை உருவாக்கினார். கலங்கிய சுந்தரர் சிவனை வேண்டினார். அப்போது, அவருக்கு காட்சி தந்த சிவன், தானே ஓடக்காரனாக வந்ததை உணர்த்தினார். பின், கோயிலுக்கு வந்த சுந்தரருக்கு சிவன், குருவாக இருந்து ஞான உபதேசம் செய்தார். இதனால், இவருக்கு 'ஞான தெட்சிணாமூர்த்தி' என்று பெயர் வந்தது. குரு பெயர்ச்சி விழா இங்கு விசேஷமாக நடக்கும்.

வீடு புனிதமடைய 'கோமுக நீர்' தெளியுங்கள்...



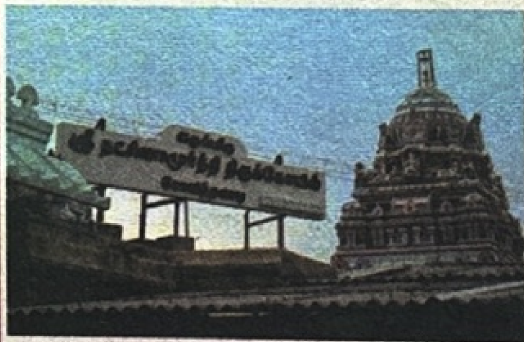
கோவில்களில் மூலஸ்தானத்தில் இருந்து வரும் தீர்த்தம் தான் கோமுக நீர். இறைவனின் உடலில் பட்ட அபிஷேக நீர் தங்கள் இல்லத்தின் மீதும் தொழில் நிலையங்களின் மீதும், தங்கள் மீதும் படும் பொழுது ஆயிரமாயிரம் தேவதைகள் இதில் இருப்பதாகச் சொல்வர். முக்கியமாக வைகாசி விசாக தினத்தில் கோமுக நீரை தெளித்து வழிபாடு செய்தால் வளம் பெருகும். நலம் கிடைக்கும். இந்த தீர்த்தம் படும் இடமெல்லாம் புனிதம் ஏற்படும்

திருவொற்றியூர் தெட்சிணாமூர்த்தி



கோயில்களில் தெற்கு நோக்கி காட்சி தரும் தெட்சிணாமூர்த்தியை, திருவொற்றியூரில் வடக்கு பார்த்த கோலத்தில் தரிசிக்கலாம். பிரசித்தி பெற்ற தியாகராஜர் கோயிலுக்கு மிக அருகில் அமைந்த தலம் இது. இங்கு மூலவராக தெட்சிணாமூர்த்தி அருள்பாலிக்கிறார். வழக்கமாக சுவாமி பீடத்தின் நான்கு சனகாதி முனிவர்கள் மட்டுமே இருப்பர். ஆனால், இவரது பீடத்தின் கீழ் 18 மகரிஷிகள் உள்ளது. இச்சிலையின் கீழ் ஒரு யானை வடிவமும் உள்ளது. குரு பெயர்ச்சிக்கு இங்கு விசேஷ பூஜைகளும், ஹோமங்களும் நடக்கும். பரிகார ராசியினர் இவரது சன்னதியில் அதிகளவில் நெய் தீபம் ஏற்றி வழிபடுகிறார்கள். பிரார்த்தனை நிறைவேறியதும் கேசரி, பூந்தி போன்ற இனிப்பு பதார்த்தங்கள் படைத்து நேர்த்திக் கடன் நிறைவேற்றுகின்றனர்.

கோவிந்தவாடி மூலஸ்தான குரு



மகாவிஷ்ணு, ஒரு சந்தர்ப்பத்தில் தனது சக்கராயுதத்தை ததீசி என்ற முனிவர் மீது எய்து விட்டார். இதனால், அவரது சக்கரம் பலமிழந்தது. சக்கரம் வலிமை பெற சிவனை வேண்டினார். அவருக்கு காட்சி தந்த சிவன், குருவாக இருந்து அருள் செய்தார். காஞ்சிபுரத்தில் இருந்து திருத்தணி செல்லும் வழியில், 18 கி.மீ., தூரத்தில் இத்தலம் கோவிந்தவாடி என்று பெயர் பெற்றது. மூலஸ்தானத்தில் தெட்சிணாமூர்த்தி, தெற்கு நோக்கி இருக்கிறார். இவருக்குப் பின்புறம் கைலாசநாதர் லிங்கம் இருக்கிறது. ஒரே விமானத்தின் கீழ் சிவனும், தெட்சிணாமூர்த்தியுமாக அமைந்த கோயில் இது. இங்கு பஞ்சாசனத்தின் கீழ் காட்சி தரும் தெட்சிணாமூர்த்தி நெற்றியில் கங்கை, பிறைச்சந்திரன் கீழ் காட்சி தரும் தெட்சிணாமூர்த்தி நெற்றியில் கங்கை, பிறைச்சந்திரன் சூடி, நெற்றியில் மூன்றாம் கண்ணுடன் இருப்பது சிறப்பு.

மகரிஷிகளின் வாக்கு!



- அதிகாலை 4.30 மணிக்கு 'பிரம்ம முகூர்த்தம்' ஆகும். இந்த பிரம்ம முகூர்த்த நேரத்தில் கண் விழித்து எழுந்திருக்க வேண்டும். எழுந்திருந்தவுடன் மனதால் பகவானை தியானித்து, வணங்க வேண்டும். பகவானின் திவ்ய நாமங்களைச் சொல்ல வேண்டும்.

- பின்பு, பல் துலக்கி, ஸ்நானம் செய்து, அவரவரது குல தர்மப்படி, நெற்றியில் திருநீறு அல்லது திருநாமம் அணிந்து, வீட்டில் உள்ள பெரியோர்கள், பெற்றோர்கள் ஆகியோரை வணங்கி, அவர்களது ஆசியைப் பெறவேண்டும்.

- பிறகு, அவரவரது இஷ்டதெய்வத்தைப் பூஜிக்கவேண்டும். பூஜித்து முடித்தபின்பு சிறிது நேரம், முந்தைய தினம் என்ன தவறுகள் செய்திருக்கிறோம் என்பதைச் சிந்தித்துப் பார்க்கவேண்டும். பின்பு,பசு, அக்னி,ஆச்சார்யன் ஆகியோரில் ஒருவரையாவது தரிசித்து விட்டு, அதன்பின்பு அன்றாட கடமைகள், பொறுப்புகள் ஆகியவற்றில் ஈடுபடவேண்டும்.

- இவ்விதம் தனது நாளை ஆரம்பிப்பவன் சகல ஆபத்துகளிலிருந்தும், துன்பங்களிலிருந்தும், கவலைகளிலிருந்தும் தர்ம தேவையினால் பாதுகாக்கப்படுகிறான்!

இப்புத்தகத்தில் இடம்பெற்றுள்ள செய்திகள் அனைத்தும் தினசரி,வார,மாத இதழ்களிலிருந்து தொகுக்கப்பட்டவை.

அச்சிட்டோர் : பகத் பிரிண்டர்ஸ்,

சென்னை 600 0[illegible]7, Ph: 044–22475777

புழுதிவாக்கம் **M.P. இராஜகோபால் நாயக்கர்** அவர்கள் செங்கற்பட்டு ஜில்லா போர்டு மெம்பராக, தமிழ்நாடு காங்கிரஸ் காரிய கமிட்டி உறுப்பினராக, தமிழ்நாடு வன்னியர் குல ஷத்திரிய மகா சங்க தலைவராக மற்றும் உள்ளகரம்–புழுதிவாக்கம் பஞ்சாயத்து போர்டு பிரசிடெண்டாக தொடந்து 25 ஆண்டுகளுக்கு மேலாக மக்கள் பணியாற்றினார். தமது 81 வது வயது வரை திறம்பட தொண்டாற்றி இன்று நூற்றாண்டு கண்ட வாழும் சரித்திரம் இவர்.

மடிப்பாக்கம்–புழுதிவாக்கம் கிராமத்தில் பாதாள விக்னேஸ்வரர் ஆலயம் மற்றும் புழுதிவாக்கம் வரசித்தி விநாயகர் ஆலயம் ஆகியவற்றை ஸ்தாபிதம் செய்தார். புழுதிவாக்கம்–மடிப்பாக்கம் கிராம முக்கிய பிரமுகர்களின் பங்களிப்போடு முதன்முதலாக ஸ்ரீ தேவி பொன்னியம்மன் தேர் வீதி உலா பவனிவர பெரும்பங்காற்றினார். தந்தை பெரியார் பள்ளியை உயர்நிலைப் பள்ளியாக மாற்ற பாடுபட்டார். வாழ்ந்த காலத்தில் நீதி, நேர்மை, நாணயத்துடன் செயல்பட்டு அமரரானார்.

காலத்தின் சுவடுகள் மறைந்து போனாலும், இம்மாமனிதரின் வரலாற்று நிகழ்வுகள் என்றும் நிலைத்து நிற்கும்.

"எல்லோரும் எல்லாமும் பெற்று
நலமோடு வளமோடு வாழ இறைவனை வேண்டுகிறேன்"



அன்புடன்
RG. பகத்சிங்
பொது செயலாளர்
காஞ்சி மாவட்ட காங்கிரஸ் கமிட்டி
புழுதிவாக்கம், சென்னை–91.

